La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPS-CM-03
	Dieta Hipoglucida	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa integral	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Pan integral	Galleta integral	Tostada integral x und	Pan integral	Tostada integral x und	Galleta integral	Pan integral
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Papaya	Pera
Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc
Tostada integral	Galletas integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan bola integral

1139

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoglucida	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Pan integral	Galleta integral	Tostada integral x und	Pan integral	Tostada integral x und	Galleta integral	Pan integral
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Papaya	Pera
Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc
Tostada Integral	Galletas Integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada Integral	Pan bola integral

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Uso de edulcorante para las bebidas

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoglucida	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa integral	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana verde	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Pan integral	Galletas integrales	Tostada integral x und	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Papaya	Pera
Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético	Yogur Dietético
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Cocoa en leche b. grasa x 240cc
Tostada integral	Galletas integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan bola integral

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoglucida	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa integral	Arepa tela asada					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Pan integral	Galleta integral					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón					
Yogur Dietético	Yogur Dietético					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 40g	Arroz blanco aromatizadox 40g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x 240cc					
Tostada integral	Galletas integral					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipograsa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revueltox 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balin 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

538

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Codigo: GPR-CM-03
	Dieta Hipograsa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

539

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipograsa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas Integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas Integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

540

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipograsa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de verdura x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Jullanas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramusio al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

541

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipograsa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g					
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con hogao HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Mandarina	Manzana verde
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 40g	Pollo al horno x 40g	Torta de carne x 40g	Julianas de cerdo x 40g	Carne de res molida x 40g	Contramuslo asado x 40g	Albondiga de res x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	pasta corta x 80g	Arepuela x 80g	pasta larga x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 30g	Zuquini, cebolla, auyama 30g	Zanahoria, tomate, pepino 30g	Tomate,cebolla, repollo 30g	Tomate, zanahoria, cebolla 30g	Remolacha, habichuela, cebolla 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Sandia	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Sandia
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 240cc	Sopa de hilos x 240cc	Sopa de conchas x 240cc	Sopa campesina x 240cc	Sopa de dos papas x 240cc	Sopa de tortilla x 240cc	Sopa jardinera x 240cc
Carne molida x 40g	Carne de cerdo asada x 40g	croqueta de pescadox 40g	Filete pechuga pollo x 40g	Pechuga de pollo x 40g	Hamburguesa de Res x 40g	Contramuslo sudado x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Cebolla, pepino, remolacha 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 30g	Cidra, mango, zanahoria 30g	Auyama, pepino, z. amarillo 30g	Piña, zuquini, zanahoria 30g	Tomate, Cebolla, auyama 30g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan tajado	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

543

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Mandarina	Manzana verde
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de pastas x 300cc
Pescado al horno x 40g	Pollo a la plancha x 40g	Goulash de carne de res x 40g	Cerdo guisado x 40g	Carne de cerdo a la plancha x 40g	Contramuslo asado x 40g	Albondiga de res x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
pasta corta x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	pasta corta x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 30g	Zuquini, cebolla, auyama 30g	Zanahoria, tomate, pepino 30g	Tomate,cebolla, repollo 30g	Tomate, zanahoria, cebolla 30g	Remolacha, habichuela, cebolla 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Sandia	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Sandia
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 240cc	Sopa de dos papas x 240cc	Sopa de monedítas x 240cc	Sopa jardinera x 240cc	Crema de zanahoria x 240cc	Sopa de auyama x 240cc	Sopa de minestrone x 240cc
Carne molida x 40g	Cerdo a la plancha x 40g	Torta de pescado x 40g	Filete pechuga plancha x 40g	Contramuslo al horno x 40g	Carne de hamburguesa x 40g	Pechuga en trozos x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Cebolla, pepino, remolacha 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 30g	Cidra, mango, zanahoria 30g	Auyama, pepino, z. amarillo 30g	Piña, zuquini, zanahoria 30g	Tomate, Cebolla, auyama 30g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

hhs

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Sandwich de jamón y queso HS	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HSx 50g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas Integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas Integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Mandarina	Manzana verde
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado al hornox40g	Fajitas de pollo a la plancha x 40g	Goulash de res x 40g	carne molida x 40g	Cerdo a la plancha x 40g	Pollo asado x 40g	Carne de cerdo guisada x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	pasta corta x 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 30g	Zuquini, cebolla, auyama 30g	Zanahoria, tomate, pepino 30g	Tomate,cebolla, repollo 30g	Tomate, zanahoria, cebolla 30g	Remolacha, habichuela, cebolla 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Sandia	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Sandia
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 240cc	Sopa de verduras x 240cc	Sopa de maiz x 240cc	Sopa de guineo x 240cc	Sopa campesina x 240cc	Sopa de hilos x 240cc	Crema de tomate x 240cc
Torta de carne x 40g	Cerdo asado x 40g	Pescado apanado al horno x 40g	Pollo sudado x 40g	Filete de pechuga x 40g	Goulash de res x 40g	Contramuslo sudado x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Cebolla, pepino, remolacha 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 30g	Auyama, pepino, z. amarillo 30g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 30g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan tajado	Pan bola	Tostada	Galleta Saltín

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

545

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Mandarina	Manzana verde
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado x 40g	Julianas de pollo x 40g	Cerdo guisado x 40g	Goulash de res x 40g	Carne de cerdo asada x 40g	Pollo asado x 40g	Carne de cerdo asada x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
pasta lasrga x 80g	Papa artesanal x 80g	pasta corta x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	pasta corta x 80g
Cidra, zanahoria, mango 30g	Zuquini, cebolla, auyama 30g	Zanahoria, tomate, pepino 30g	Tomate,cebolla, repollo 30g	Tomate, zanahoria, cebolla 30g	Remolacha, habichuela, cebolla 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Sandia	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Sandia
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 240cc	Sopa de espinacas x 240cc	Sopa de guineo x 240cc	Sopa de auyama x 240cc	Sopa de tortilla x 240cc	Sopa de plátano x 240cc	Sopa de cabello angel x 240cc
Hamburguesa de res x 40g	Cerdo asado x 40g	Croquetas de pescado x 40g	Filete de pollo a la plancha x40g	Contramuslo al horno x 40g	Carne molida x 40g	Filete de pollo a la plancha x 40g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Cebolla, pepino, remolacha 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g	Zuquini verde 30g	Cidra, mango, zanahoria 30g	Auyama, pepino, z. amarillo 30g	Piña, zuquini, zanahoria 30g	Tomate, Cebolla, auyama 30g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipoproteica	Fecha: 16/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc					
Huevo con aliños HS x 60g	Cuajada x 30g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno x 40g	Pollo a la plancha x 40g					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
pasta corta x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 30g	Zuquini, cebolla, auyama 30g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Sandia					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 240cc	Sopa de dos papas x 240cc					
Carne molida x 40g	Cerdo a la plancha x 40g					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 30g	Zanahoria, cidra, Habichuela 30g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x					

ths

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipocalórica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revueltox 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Arepa integral	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balin 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Uso de edulcorante para las bebidas

940

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipocalórica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Arepa integral	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

S49

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPA-CM-03
	Dieta Hipocalórica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Uso de edulcorante para las bebidas

050

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipocalórica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	**Menú 23**	**Menú 24**	**Menú 25**	**Menú 26**	**Menú 27**	**Menú 28**
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños x 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Cuajada x 30g
Arepa integral	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo	Arepa tela asada	Arepa de chocolo
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

54

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipocalórica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Cuajada x 30g					
Cuajada x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa integral	Arepa tela asada					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Manzana verde	Melón					
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hiposodica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con hogao HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g
Cuajada x 30g	Huevo revuelto aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto aliños HS x 50g	Cuajada x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balin 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Se incluye limón en almuerzo y comida
Nota 3: Restricción de sal, según recomendaciones

553

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hiposodica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	**Menú 9**	**Menú 10**	**Menú 11**	**Menú 12**	**Menú 13**	**Menú 14**
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g
Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

554

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hiposodica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Cuajada x 30g	Huevo revuelto x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g
	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas Integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas Integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Se incluye limón en almuerzo y comida
Nota 3: Restricción de sal, según recomendaciones

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hiposodica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	**Menú 23**	**Menú 24**	**Menú 25**	**Menú 26**	**Menú 27**	**Menú 28**
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con jamón HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g
Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo revuelto HS x 50g	Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 50g	Cuajada x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x	Cocoa en leche b. grasa x 240cc

955

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hiposodica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc					
Huevo con aliños HS x 60g	Cuajada x 30g					
Cuajada x 30g	Huevo con aliños HS x 60g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Manzana verde	Melón					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Cocoa en leche b. grasa x 240cc	Chocolate con leche b. grasa x					

554

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipercalórica - Hiperproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
Salchicha	Cuajada	Salchichón	Cuajada	Salchicha	Cuajada	Jamón
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Frescolanta fresa x 200cc	Leche x 200cc	Avena x 200cc	Leche x 200cc	Mazamorra x 200cc	Leche x 200cc	avena x 200cc
Galleta capry	Pastel arequipe x 30g	Galleta nucita	Pastel de guayaba x 30g	bocadillo 1 und	Empanada arequipe x 30g	Galleta muu
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balín 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipercalórica - Hiperproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
Salchicha	Cuajada	Salchichón	Cuajada	Salchicha	Cuajada	Jamón
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Frescolanta fresa x 200cc	Leche x 200cc	Avena x 200cc	Leche x 200cc	Mazamorra x 200cc	Leche x 200cc	avena x 200cc
Galleta capry	Pastel arequipe x 30g	Galleta nucita	Pastel de guayaba x 30g	bocadillo 1 und	Empanada arequipe x 30g	Galleta muu
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral

559

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipercalórica - Hiperproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
Salchicha	Cuajada	Salchichón	Cuajada	Salchicha	Cuajada	Jamón
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Frescolanta fresa x 200cc	Leche x 200cc	Avena x 200cc	Leche x 200cc	Mazamorra x 200cc	Leche x 200cc	avena x 200cc
Galleta capry	Pastel arequipe x 30g	Galleta nucita	Pastel de guayaba x 30g	bocadillo 1 und	Empanada arequipe x 30g	Galleta muu
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maíz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

560

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipercalórica - Hiperproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
Salchicha	Cuajada	Salchichón	Cuajada	Salchicha	Cuajada	Jamón
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Frescolanta fresa x 200cc	Leche x 200cc	Avena x 200cc	Leche x 200cc	Mazamorra x 200cc	Leche x 200cc	avena x 200cc
Galleta capry	Pastel arequipe x 30g	Galleta nucita	Pastel de guayaba x 30g	bocadillo 1 und	Empanada arequipe x 30g	Galleta muu
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipercalórica - Hiperproteica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Galletas integrales	Pan tajado integral					
Salchicha	Cuajada					
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas					
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Leche x 200cc	Leche x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Frescolanta fresa x 200cc	Leche x 200cc					
Galleta capry	Pastel arequipe x 30g					
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón					
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Leche x 200cc	Leche x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc					
Tostada integral	Pan bola integral					

295

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en fibra	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas Integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 80g	Zuquini, cebolla, auyama 80g	Zanahoria, tomate, pepino 80g	Tomate,cebolla, repollo 80g	Tomate, zanahoria, cebolla 80g	Remolacha, habichuela, cebolla 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Tostada Integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balin 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 80g	Cidra, mango, zanahoria 80g	Auyama, pepino, z. amarillo 80g	Piña, zuquini, zanahoria 80g	Tomate, Cebolla, auyama 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen minimo 30 gramos de verduras

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en fibra	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 80g	Zuquini, cebolla, auyama 80g	Zanahoria, tomate, pepino 80g	Tomate,cebolla, repollo 80g	Tomate, zanahoria, cebolla 80g	Remolacha, habichuela, cebolla 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 80g	Cidra, mango, zanahoria 80g	Auyama, pepino, z. amarillo 80g	Piña, zuquini, zanahoria 80g	Tomate, Cebolla, auyama 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC

564

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en fibra	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas Integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas Integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 80g	Zuquini, cebolla, auyama 80g	Zanahoria, tomate, pepino 80g	Tomate,cebolla, repollo 80g	Tomate, zanahoria, cebolla 80g	Remolacha, habichuela, cebolla 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 80g	Auyama, pepino, z. amarillo 80g	Piña, zuquini, zanahoria 80g	Tomate, Cebolla, auyama 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

595

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en fibra	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	**Menú 23**	**Menú 24**	**Menú 25**	**Menú 26**	**Menú 27**	**Menú 28**
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Galletas integrales	Pan tajado integral	Pan bola integral	Tostada integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Galleta Saltin
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 80g	Zuquini, cebolla, auyama 80g	Zanahoria, tomate, pepino 80g	Tomate,cebolla, repollo 80g	Tomate, zanahoria, cebolla 80g	Remolacha, habichuela, cebolla 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
Tostada integral	Pan bola integral	Mogoya integral	Pan tajado integral	Galleta integral	Tostada integral	Pan tajado integral
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón	Papaya	Mango pintón	Guayaba Manzana	Piña	Banano
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 80g	Cidra, mango, zanahoria 80g	Auyama, pepino, z. amarillo 80g	Piña, zuquini, zanahoria 80g	Tomate, Cebolla, auyama 80g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en fibra	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Galletas integrales	Pan tajado integral					
ALMUERZO						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 80g	Zuquini, cebolla, auyama 80g					
Leche x 200cc	Leche x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
Tostada integral	Pan bola integral					
COMIDA / CENA						
Manzana verde	Melón					
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 80g	Zanahoria, cidra, Habichuela 80g					
Leche x 200cc	Leche x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc					

595

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Completa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

898

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Completa	Fecha: 13/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

695

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Completa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MANANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Completa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

171

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Completa	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc					
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g					
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa					
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc					
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha					
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g					
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g					
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc					
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc					
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc					
Torta de carne	Cerdo asado					
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g					
Espinaca x 70g	Auyama x 70g					
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc					
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc					

542

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Clara	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO Liquido						
Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MANANA Liquido						
Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña
ALMUERZO Liquido						
Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de tomate a. x 200cc
Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora
REFRIGERIO DE LA TARDE Liquido						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA Liquido						
Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc
Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa
MERIENDA LICUADA Liquido						
Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Utilizar para las bebidas azúcar o endulzante

533

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Clara	Fecha: 14/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO Liquido						
Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA Liquido						
Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña
ALMUERZO Liquido						
Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de tomate a. x 200cc
Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora
REFRIGERIO DE LA TARDE Liquido						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA Liquido						
Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc
Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa
MERIENDA LICUADA Liquido						
Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

Nota 2: Utilizar para las bebidas azúcar o endulzante

574

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Clara	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO Liquido						
Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA Liquido						
Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña
ALMUERZO Liquido						
Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de tomate a. x 200cc
Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora
REFRIGERIO DE LA TARDE Liquido						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA Liquido						
Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc
Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa
MERIENDA LICUADA Liquido						
Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

Nota 2: Utilizar para las bebidas azúcar o endulzante

375

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Clara	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO Liquido						
Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc	Aromatica x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA Liquido						
Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña	Gelatina de naranja	Gelatina de limón	Gelatina de piña
ALMUERZO Liquido						
Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de tomate a. x 200cc
Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora
REFRIGERIO DE LA TARDE Liquido						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA Liquido						
Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc
Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc
Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa	Gelatina de mora	Gelatina de Fresa
MERIENDA LICUADA Liquido						
Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc	Aguapanela x 240cc

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

Nota 2: Utilizar para las bebidas azúcar o endulzante

576

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Liquida Clara	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO Liquido						
Aromatica x 300cc	Aguapanela x 300cc					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA Liquido						
Gelatina de piña	Gelatina de naranja					
ALMUERZO Liquido						
Consomé pollo x 300cc	Consomé res x 300cc					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Gelatina de mora	Gelatina de Fresa					
REFRIGERIO DE LA TARDE Liquido						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA LICUADA Liquido						
Consomé res x 300cc	Consomé pollo x 300cc					
Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango x 200cc					
Gelatina de Fresa	Gelatina de mora					
MERIENDA LICUADA Liquido						
Aguapanela x 240cc	Aromatica x 240cc					

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

Nota 2: Utilizar para las bebidas azúcar o endulzante

574

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Blanda Quimica y Mecánica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral
Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida
Mandarina	Granadilla	banano	Granadilla	Banano	Melón	Mandarina
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Sandia	Melón	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Mango maduro
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado al horno x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Pure de platano x 80g	pasta x 80g	Papa abuñuelada x 80g	puré de plátano x 80g	puré de papa 80g	Migote de Yuca x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado al horno	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo asado	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Puré papa criolla al balin 80g	Papa picada 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC
Pan tajado	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Pan tajado integral	Pan blanco

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: todas las ensaladas son cocidas
Nota 3: carnes desmechadas las de corte entero o picadas

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPS-CM-03
	Dieta Blanda Química y Mecánica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral
Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida
Mandarina	Granadilla	banano	Granadilla	Banano	Melón	Mandarina
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Sandia	Melón	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Mango maduro
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de pastas x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo cocido	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	puré plátano maduro 80g	puré papa x 80g	pasta x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de pescado al horno	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa migote 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC
Pan tajado	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Pan tajado integral	Pan blanco

574

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Blanda Química y Mecánica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo revuelto x 100g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral
Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida
Mandarina	Granadilla	banano	Granadilla	Banano	Melón	Mandarina
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Sandia	Melón	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Mango maduro
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado al horno	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Carne molida	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo cocida
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	pasta 80g	Madurito picado 80g	puré de plátano 80g	Papa cocida migote 80g	Puré Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Carne molida	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros 80g	Torta de chocolo 80g	pasta 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC
Pan tajado	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Pan tajado integral	Pan blanco

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: todas las ensaladas son cocidas
Nota 3: carnes desmechadas las de corte entero o picadas

580

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Blanda Química y Mecánica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc	Chocolate con leche b. grasa x 300cc
Huevo con aliños x 60g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 60g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 60g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral	Pan tajado integral	Pan bola integral
Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida	Tostada migada en bebida
Mandarina	Granadilla	banano	Granadilla	Banano	Melón	Mandarina
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Sandia	Melón	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Mango maduro
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de verdura x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo cocido	Carne molida	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas picada x 80g	Puré Papa artesanal x 80g	pasta x 80g	Yuca guisada x 80g	puré plátano maduro 80g	Migote Papa x 80g	Papa puré x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc
Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Torta de pescado al horno	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla puré 80g	plátano calado 80g	Pastas corta 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Migote Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc	Aguapanela con leche b. grasa X 240CC
Pan tajado	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Pan tajado integral	Pan blanco

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Blanda Química y Mecánica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche b. grasa x 300cc	Cocoa en leche b. grasa x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Pan bola integral	Pan tajado integral					
Tostada migada en bebida	galleta migada en bebida					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Sandia	Melón					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Leche b. grasa x 200cc	Leche b. grasa x 200cc					
Gelatina x 30g	Compota fruta x 30g					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche b. grasa X 240CC	Chocolate con leche b. grasa x 240cc					
Pan tajado	Pan queso					

582

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Supraglotica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante
Papaya en compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano en compota casera x 40g	Papaya en compota casera x 40g	Manzana compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano compota casera x 40g
REFRIGERIO DE LA MANANA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito
ALMUERZO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc + espesante	batido amarillo x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante	batido morado x 200cc + espesante	batido blanco x 200cc + espesante	batido mixto x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche
COMIDA / CENA LICUADA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

583

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Supraglotica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante
Papaya en compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano en compota casera x 40g	Papaya en compota casera x 40g	Manzana compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano compota casera x 40g
REFRIGERIO DE LA MANANA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito
ALMUERZO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc + espesante	batido amarillo x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante	batido morado x 200cc + espesante	batido blanco x 200cc + espesante	batido mixto x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche
COMIDA / CENA LICUADA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						

584

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Supraglotica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante
Papaya en compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano en compota casera x 40g	Papaya en compota casera x 40g	Manzana compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano compota casera x 40g
REFRIGERIO DE LA MANANA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito
ALMUERZO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc + espesante	batido amarillo x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante	batido morado x 200cc + espesante	batido blanco x 200cc + espesante	batido mixto x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche	Colada Maizena en leche	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

385

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Supraglotica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante	Espesante
Papaya en compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano en compota casera x 40g	Papaya en compota casera x 40g	Manzana compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g	Banano compota casera x 40g
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito
ALMUERZO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc + espesante	batido amarillo x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante	batido morado x 200cc + espesante	batido blanco x 200cc + espesante	batido mixto x 200cc + espesante	batido rojo x 200cc + espesante
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

985

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Codigo: GPR-CM-03
	Dieta Supraglotica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc					
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g					
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc					
Espesante	Espesante					
Papaya en compota casera x 40g	Mango en compota casera x 40g					
REFRIGERIO DE LA MANANA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Yogur tipo alpinito	Yogur tipo alpinito					
ALMUERZO LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc					
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha					
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g					
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g					
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc					
batido verde x 200cc + espesante	batido amarillo x 200cc + espesante					
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Colada Maizena en leche	Colada Avena en leche					
COMIDA / CENA LICUADA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc					
Torta de carne	Cerdo asado					
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g					
Espinaca x 70g	Auyama x 70g					
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc					
MERIENDA LICUADO CON VISCOSIDAD RECOMENDADA						

584

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta gastroclisis (cuando se requiera casera)	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MANANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen minimo 30 gramos de verduras
Nota 2: Colar dos veces para retirar residuos que puedan generar obstrucción en sonda

588

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta gastroclisis (cuando se requiera casera)	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

584

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta gastroclisis (cuando se requiera casera)	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	**Menú 16**	**Menú 17**	**Menú 18**	**Menú 19**	**Menú 20**	**Menú 21**
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

Nota 2: Colar dos veces para retirar residuos que puedan generar obstrucción en sonda

590

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta gastroclisis (cuando se requiera casera)	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc	Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Aguapanela con leche deslactosada x 300cc
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc	Aceite x 5cc
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton	Yogur fresa	Yogur mora	Yogur melocoton
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g	Auyama x 70g	Habichuela x 70g	zanahoria x 70g	Espinaca x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc	batido rojo x 200cc	batido morado x 200cc	batido blanco x 200cc	batido mixto x 200cc	batido rojo x 200cc
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g	papa criolla x 80g
Espinaca x 70g	Auyama x 70g	zanahoria x 70g	Habichuela x 70g	Auyama x 70g	Espinaca x 70g	zanahoria x 70g
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc	Aceite x 10cc
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Aguapanela con leche X 240CC

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta gastroclisis (cuando se requiera casera)	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO LICUADO						
Chocolate con leche deslactosada x 300cc	Chocolisto en leche deslactosada x 300cc					
Pan blanco x 30g	Pan blanco x 30g					
Aceite x 5cc	Aceite x 5cc					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA LICUADO						
Yogur melocoton	Yogur fresa					
ALMUERZO LICUADO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc					
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha					
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g					
Habichuela x 70g	zanahoria x 70g					
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc					
batido verde x 200cc	batido amarillo x 200cc					
REFRIGERIO DE LA TARDE LICUADO						
Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc	Colada Avena en leche deslactosada x 200cc					
COMIDA / CENA LICUADA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc					
Torta de carne	Cerdo asado					
papa criolla x 80g	papa criolla x 80g					
Espinaca x 70g	Auyama x 70g					
Aceite x 10cc	Aceite x 10cc					
MERIENDA LICUADA						
Colada Avena en leche deslactosada x 200cc	Colada Maizena en leche deslactosada x 200cc					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Astringente	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Gelatina x 30g	Gelatina x 30g					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc					
Galleta saltin	Pan blanco					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Astringente	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de verdura x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo cocido	Carne molida	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas picada x 80g	Puré Papa artesanal x 80g	pasta x 80g	Yuca guisada x 80g	puré plátano maduro 80g	Migote Papa x 80g	Papa puré x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Torta de pescado al horno	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla puré 80g	plátano calado 80g	Pastas corta 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Migote Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin

294

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Astringente	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	sopa de pasta x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado al horno	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Carne molida	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo cocida
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	pasta 80g	Madurito picado 80g	puré de plátano 80g	Papa cocida migote 80g	Puré Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Carne molida	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros 80g	Torta de chocolo 80g	pasta 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

545

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Astringente	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de pastas x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo cocido	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	puré plátano maduro 80g	puré papa x 80g	pasta x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de pescado al horno	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa migote 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin

965

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Astringente	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Cocoa x 300cc	Aguapanela x 300cc	Cocoa x 300cc	Aguapanela x 300cc	Cocoa x 300cc	Aguapanela x 300cc	Cocoa x 300cc
Huevo cocido x 50g	Huevo cocido x 50g	Huevo cocido x 50g	Huevo cocido x 50g	Huevo cocido x 50g	Huevo cocido x 50g	Huevo cocido x 50g
Cuajada x 30g	Cuajada x 30g	Cuajada x 30g	Cuajada x 30g	Cuajada x 30g	Cuajada x 30g	Cuajada x 30g
Pan blanco	Tostada	Galletas saltin	Pan blanco	Tostada	Galletas saltin	Tostada
Guayaba	Manzana	Banano	Guayaba	Manzana	Banano	Pera
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Banano	Guayaba	Manzana	Pera	Guayaba	Manzana	Banano
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado al horno x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Pure de platano x 80g	pasta x 80g	Papa abuñuelada x 80g	puré de plátano x 80g	puré de papa 80g	Migote de Yuca x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g	Gelatina x 30g
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo asado	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Puré papa criolla al balín 80g	Papa picada 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela X 240CC	Cocoa x 240cc	Aguapanela X 240CC	Cocoa x 240cc	Aguapanela X 240CC	Cocoa x 240cc	Aguapanela X 240CC
Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin	Pan blanco	Tostada	Galleta saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

S91

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en Hierro	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Cocoa en agua x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Morcilla x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pajarilla	Pollo al horno	Higado	Julianas de cerdo	Carne de res molida	Contramuslo asado	Higado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balín 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan blanco	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

598

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en Hierro	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	**Menú 9**	**Menú 10**	**Menú 11**	**Menú 12**	**Menú 13**	**Menú 14**
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Cocoa en agua x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Morcilla x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pajarilla	Pollo a la plancha	Higado	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan blanco	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

594

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en Hierro	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Cocoa en agua x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Morcilla x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas Integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas Integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Pajarilla	Fajitas de pollo a la plancha	Carne molida	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Higado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maíz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan blanco	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

009

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en Hierro	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Cocoa en agua x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Morcilla x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Pajarilla	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Higado	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Higado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan blanco	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alta en Hierro	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Cocoa en agua x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Morcilla x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pajarilla	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc					
Tostada	Pan queso					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipourínica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Pescado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Pollo sudado	Torta de pescado	Pollo asado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Fajitas de pollo a la plancha	Torta de pescado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balin 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen minimo 30 gramos de verduras

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipourinica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de pasta x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Pescado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Pollo sudado	Torta de pescado	Pollo asado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Fajitas de pollo a la plancha	Torta de pescado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

609

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipourinica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Pescado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Pollo sudado	Torta de pescado	Pollo asado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Fajitas de pollo a la plancha	Torta de pescado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

509

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipourinica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Pescado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Pollo sudado	Torta de pescado	Pollo asado	Filete de pechuga	Pescado al horno	Fajitas de pollo a la plancha	Torta de pescado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Hipourínica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta Integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Leche x 200cc	Leche x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Pollo sudado	Torta de pescado					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc					
Tostada	Pan queso					

609

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Vegetariana	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con o sin leche x 300cc	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo revuelto x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o
Torta de quinua y avena x 80g	Carne fría vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g	Carne fría vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada integral	Galletas integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Torta de lentejas	Guiso de alverja	Torta de garbanzos	Guiso de blanquillo	Huevo o Aguacate	Guiso de alverja	Torta de frijoles
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Guiso de blanquillo	Torta de frijoles	Huevo o Aguacate	Torta de lentejas	Guiso frijol cabecita negra	Torta de garbanzos	Guiso lentejas
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balin 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

809

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Vegetariana	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con o sin leche x 300cc	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo revuelto x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o
Torta de quinua y avena x 80g	Carne fria vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g	Carne fria vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Narania
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de pasta x 300cc
Torta de lentejas	Guiso de alverja	Torta de garbanzos	Guiso de blanquillo	Huevo o Aguacate	Guiso de alverja	Torta de frijoles
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Guiso de blanquillo	Torta de frijoles	Huevo o Aguacate	Torta de lentejas	Guiso frijol cabecita negra	Torta de garbanzos	Guiso lentejas
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

609

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Vegetariana	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con o sin leche x 300cc	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Sandwich de carne fría vegana	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo revuelto x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o
	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g	Carne fría vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g	buñuelo de soya x 80g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas Integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas Integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de pastas x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Torta de lentejas	Guiso de alverja	Torta de garbanzos	Guiso de blanquillo	Huevo o Aguacate	Guiso de alverja	Torta de frijoles
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Guiso de blanquillo	Torta de frijoles	Huevo o Aguacate	Torta de lentejas	Guiso frijol cabecita negra	Torta de garbanzos	Guiso lentejas
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Vegetariana	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con o sin leche x 300cc	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolisto con o sin leche x 300cc	Chocolate con o sin leche x 300cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo revuelto x 50g o	Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o	Quesito x 30g o
Torta de quinua y avena x 80g	Carne fría vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g	Carne fría vegana x 40g	buñuelo de soya x 80g	Torta de quinua y avena x 80g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de lentejas	Guiso de alverja	Torta de garbanzos	Guiso de blanquillo	Huevo o Aguacate	Guiso de alverja	Torta de frijoles
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Guiso de blanquillo	Torta de frijoles	Huevo o Aguacate	Torta de lentejas	Guiso frijol cabecita negra	Torta de garbanzos	Guiso lentejas
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con o sin leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

479

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Vegetariana	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con o sin leche x 300cc	Chocolisto con o sin leche x 300cc					
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g o	Huevo aliños x 50g o					
Torta de quinua y avena x 80g	Carne fría vegana x 40g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Torta de lentejas	Guiso de alverja					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Leche x 200cc o Jugo x 200cc	Leche x 200cc o Jugo x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Guiso de blanquillo	Torta de frijoles					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con o sin leche X 240CC	Chocolate con o sin leche x 240cc					
Tostada	Pan queso					

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta sin lácteos	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Morcilla x 30g	Huevo revuelto x 50g	Mortadela x 30g	Huevo revuelto x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revueltox 50g
Salchicha x 25g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revuelto x 50g	Chorizo x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Mortadela x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada Integral	Galletas Integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta Integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balín 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltín

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

613

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta sin lácteos	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Morcilla x 30g	Huevo revuelto x 50g	Mortadela x 30g	Huevo revuelto x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revueltox 50g
Salchicha x 25g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revuelto x 50g	Chorizo x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Mortadela x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

hl 9

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta sin lácteos	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc
Sandwich de jamón	Morcilla x 30g	Huevo revuelto x 50g	Mortadela x 30g	Huevo revuelto x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revuelto x 50g	Chorizo x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Mortadela x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maiz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras

519

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta sin lácteos	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc	Chocolisto x 300cc	Chocolate x 300cc	Aguapanela x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Morcilla x 30g	Huevo revuelto x 50g	Mortadela x 30g	Huevo revuelto x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revueltox 50g
Salchicha x 25g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Salchichón x 25g	Huevo revuelto x 50g	Chorizo x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Mortadela x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña	sandia	Mandarina	Banano	Papaya	Piña
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de tomate de árbol x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de Guayaba x 200cc	Jugo de mango -piña x 200cc
Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial	Postre casero	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc	Aguapanela X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

919

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta sin lácteos	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate x 300cc	Chocolisto x 300cc					
Huevo con hogao x 50g	Morcilla x 30g					
Salchicha x 25g	Huevo revuelto con aliños x 50g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Papaya	Piña					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc					
Postre comercial	Postre casero					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela X 240CC	Chocolate x 240cc					
Tostada	Pan queso					

619

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Neutropénica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada Integral	Galletas Integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta Integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Manzana	Pera	Naranja	Mandarina	Banano	Mandarina	Murrapo
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balín 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: todas las ensaladas son cocidas
Nota 3: La leche y los jugos son en empaque individual larga vida

819

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Neutropénica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con hogao x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Arepa tela asada	Tostada Integral	Galletas Integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta Integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Manzana	Pera	Naranja	Mandarina	Banano	Mandarina	Murrapo
ALMUERZO						
Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sancocho x 300cc	Crema de auyama x 300cc	Frijoles x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Sopa de guineo x 300cc
Pescado apanado x 80g	Pollo al horno x 80g	Torta de carne x 80g	Julianas de cerdo x 80g	Carne de res molida x 80g	Contramuslo asado x 80g	Albondiga de res x 80g
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca x 80g	Patacón pintón x 80g	Arepuela x 80g	Papa abuñuelada x 80g	Tajada de plátano x 80g	Papas rústicas en cáscos 80g	Enyucado 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de auyama x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Sopa de conchas x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa jardinera x 300cc
Carne molida	Carne de cerdo asada	croqueta de pescado fritas	Filete de pechuga de pollo	Pechuga de pollo en salsa	Hamburguesa de Res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa chorreada 80g	Puré de papa x 80g	Yuca sudada 80g	Papa criolla al balín 80g	Papa americana 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltín

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: todas las ensaladas son cocidas
Nota 3: La leche y los jugos son en empaque individual larga vida

619

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Neutropénica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Galleta integral	Arepa tela asada
Pan integral	Galleta integral	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Manzana	Pera	Naranja	Mandarina	Banano	Mandarina	Murrapo
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de ajiaco x 300cc	Sopa de lentejas x 300cc	Frijoles	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de blanquillo x 300cc
Pescado al horno	Pollo a la plancha	Goulash de carne de res	Cerdo guisado	Carne de cerdo a la plancha	Contramuslo asado	Albondiga de res
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g	Banano x 80g	platano calado x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa en cascos al horno x 80g	Maduro asado x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc	Sopa de moneditas x 300cc	Sopa jardinera x 300cc	Crema de zanahoria x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc
Carne molida	Cerdo a la plancha	Torta de atún	Filete de pechuga a la plancha	Contramuslo al horno	Carne de hamburguesa	Pechuga de pollo en trozos
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g	Pastas en salsa roja 80g	Puré de papa 80g	Papa rústica 80g	Torta de zanahoria 80g	Yuca sudada 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

029

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Neutropénica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo revueltox 50g
	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Pan tajado integral (2 und)	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
	Pan integral	Galletas integrales	Pan integral	Tostada integral x und	Pan integral	Galletas integrales
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Manzana	Pera	Naranja	Mandarina	Banano	Mandarina	Murrapo
ALMUERZO						
Crema de pollo x 300cc	Crema zanahoria x 300cc	Sopa de papa x 300cc	Sopa de garbanzos x 300cc	Frijoles x 300cc	Sancocho x 300cc	Sopa de verduras x 300cc
Croqueta de pescado fritas	Fajitas de pollo a la plancha	Goulash de res	Higado	Cerdo a la plancha	Pollo asado	Carne de cerdo guisada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Migote de Yuca 80g	Yuca Guisada 80g	Arepuela 80g	Madurito picado 80g	Tajada de plátano 80g	Papa cocida 80g	Papa criolla 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de conchas x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de maíz x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa campesina x 300cc	Sopa de hilos x 300cc	Crema de tomate x 300cc
Torta de carne	Cerdo asado	Pescado apanado al horno	Pollo sudado	Filete de pechuga	Goulash de res	Contramuslo sudado
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Espaguettis en salsa 80g	Papa al vapor con mantequilla 80g	Papa en cuadros con mayonesa y cilantro 80g	Torta de chocolo 80g	Patacón 80g	Puré de papa criolla 80g	Cascos de papa 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACIÓN						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltín

Nota 1: todas las sopas incluyen mínimo 30 gramos de verduras
Nota 2: todas las ensaladas son cocidas
Nota 3: La leche y los jugos son en empaque individual larga vida

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Neutropénica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo con jamón x 50g	Quesito x 30g	Huevo con aliños x 50g
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto x 50g	Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 50g	Quesito x 30g
Arepa tela asada	Arepa tela asada	Tostada integral x und	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada	Arepa tela asada
Pan integral	Galletas integrales	Arepa tela asada	Pan integral	Tostada integral x und	Galletas integrales	Pan integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Pera	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Manzana	Pera	Naranja	Mandarina	Banano	Mandarina	Murrapo
ALMUERZO						
Crema de auyama x 300cc	Sopa de verduras x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de minestrone x 300cc	Frijoles	Sopa de Arracacha x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc
Torta de pescado	Julianas de pollo	Cerdo guisado	Goulash de res	Carne de cerdo asada	Pollo asado	Carne de cerdo asada
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa a las finas hierbas x 80g	Papa artesanal x 80g	Lentejas guisadas x 80g	Yuca guisada x 80g	Tajada de plátano maduro 80g	Papa al vapor con perejil x 80g	Papa con hogao x 80g
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g	Zanahoria, tomate, pepino 70g	Tomate,cebolla, repollo 70g	Tomate, zanahoria, cebolla 70g	Remolacha, habichuela, cebolla 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g
Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc	Leche x 200cc
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
COMIDA / CENA						
Sopa de moneditas x 300cc	Sopa de espinacas x 300cc	Sopa de guineo x 300cc	Sopa de auyama x 300cc	Sopa de tortilla x 300cc	Sopa de plátano x 300cc	Sopa de cabello angel x 300cc
Hamburguesa de res	Cerdo asado	Croquetas de atún	Filete de pollo a la plancha	Contramuslo al horno	Carne molida	Filete de pollo a la plancha
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g
Papa criolla 80g	plátano calado 80g	Pastas en salsa rosada 80g	Espaguettis 80g	Papa al vapor con cilantro 80g	Plátano calado 80g	Croqueta de Yuca 80g
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g	Zuquini verde, amarillo, cebolla 70g	Cidra, mango, zanahoria 70g	Auyama, pepino, z. amarillo 70g	Piña, zuquini, zanahoria 70g	Tomate, Cebolla, auyama 70g
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de uva x 200cc	Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de fresa x 200cc
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc	Aguapanela con leche X 240CC
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Neutropénica	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc					
Huevo con aliños x 60g	Quesito x 30g					
Quesito x 30g	Huevo revuelto con aliños x 60g					
Arepa tela asada	Arepa tela asada					
Pan integral	Galleta integral					
Mandarina	Granadilla					
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
Manzana	Pera					
ALMUERZO						
Sopa de arracacha x 300cc	Sopa de plátano x 300cc					
Pescado al horno	Pollo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Papa en cascos al horno x 80g	Aborrajado con bocadillo x 80g					
Cidra, zanahoria, mango 70g	Zuquini, cebolla, auyama 70g					
Leche x 200cc	Leche x 200cc					
Postre comercial	Postre comercial					
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
COMIDA / CENA						
Crema de espinaca x 300cc	Sopa de dos papas x 300cc					
Carne molida	Cerdo a la plancha					
Arroz blanco aromatizadox 80g	Arroz blanco aromatizadox 80g					
Puré platano maduro 80g	Yuca sudada 80g					
Cebolla, pepino, remolacha 70g	Zanahoria, cidra, Habichuela 70g					
Jugo de piña x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc					
MERIENDA - SOLO HOSPITALIZACION						
Aguapanela con leche X 240CC	Chocolate con leche x 240cc					
Tostada	Pan queso					

623

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Normal Adicional Urgencias	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
Entrecomidas						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Hamburguesa de Res	Arepa con res desmechada	Perro caliente	Sanduche de pollo	Arepa con chorizo	Sanduche de cerdo
	Quesito loncha	Quesito x 30g	salchicha, queso loncha	Quesito loncha		Quesito loncha
Pan tajado integral (2 und)	Pan Hamburguesa x 2 und	Arepa tela grande	Pan perro	Pan tajado x 2 und	Arepa tela grande	Pan tipo perman x 2 und
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja

h29

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Normal Adicional Urgencias	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 2						
Menú 8	Menú 9	Menú 10	Menú 11	Menú 12	Menú 13	Menú 14
Entrecomidas						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Hamburguesa de Res	Arepa con res desmechada	Perro caliente	Sanduche de pollo	Arepa con chorizo	Sanduche de cerdo
	Quesito loncha	Quesito x 30g	salchicha, queso loncha	Quesito loncha		Quesito loncha
Pan tajado integral (2 und)	Pan Hamburguesa x 2 und	Arepa tela grande	Pan perro	Pan tajado x 2 und	Arepa tela grande	Pan tipo perman x 2 und
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja

625

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Normal Adicional urgencias	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 3						
Menú 15	Menú 16	Menú 17	Menú 18	Menú 19	Menú 20	Menú 21
Entrecomidas						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Hamburguesa de Res	Arepa con res desmechada	Perro caliente	Sanduche de pollo	Arepa con chorizo	Sanduche de cerdo
	Quesito loncha	Quesito x 30g	salchicha, queso loncha	Quesito loncha		Quesito loncha
Pan tajado integral (2 und)	Pan Hamburguesa x 2 und	Arepa tela grande	Pan perro	Pan tajado x 2 und	Arepa tela grande	Pan tipo perman x 2 und
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja

929

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Normal Adicional urgencias	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 4						
Menú 22	Menú 23	Menú 24	Menú 25	Menú 26	Menú 27	Menú 28
Entrecomidas						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Sandwich de jamón y queso	Hamburguesa de Res	Arepa con res desmechada	Perro caliente	Sanduche de pollo	Arepa con chorizo	Sanduche de cerdo
	Quesito loncha	Quesito x 30g	salchicha, queso loncha	Quesito loncha		Quesito loncha
Pan tajado integral (2 und)	Pan Hamburguesa x 2 und	Arepa tela grande	Pan perro	Pan tajado x 2 und	Arepa tela grande	Pan tipo perman x 2 und
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc	Jugo de piña x 200cc	Jugo de fresa x 200cc	Jugo de guayaba x 200cc	Jugo de mango piña x 200cc	Jugo de uva x 200cc
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja

627

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPA-CM-03
	Dieta Normal Adicional urgencias	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 5						
Menú 29	Menú 30					
Entrecomidas						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc					
Sandwich de jamón y queso	Hamburguesa de Res					
	Quesito loncha					
Pan tajado integral (2 und)	Pan Hamburguesa x 2 und					
Jugo de mango x 200cc	Jugo de tomate arbol x 200cc					
Mandarina	Granadilla					

829

La cocina de Luis	Ciclo de menú Hospitalización	Código: GPR-CM-03
	Dieta Alimentación en Plan de Emergencias	Fecha: 18/01/2023

SEMANA No. 1						
Menú 1	Menú 2	Menú 3	Menú 4	Menú 5	Menú 6	Menú 7
DESAYUNO						
Chocolate con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc	Chocolisto en leche x 300cc	Chocolate con leche x 300cc	Aguapanela con leche x 300cc
Quesito x 30g	Cuajada x 30g	Quesito x 30g	Cuajada x 30g	Quesito x 30g	Cuajada x 30g	Quesito x 30g
Pan bola integral	Tostada Integral	Galletas Integrales	Pan bola integral x 22g	Tostada integral x und	Pan integral	Galleta Integral
Mandarina	Granadilla	Manzana roja	Granadilla	Guayaba manzana	Manzana verde	Naranja
REFRIGERIO DE LA MANANA						
Guayaba Manzana	Piña en rodajas	Papaya	Mandarina	Sandia	Papaya en cuadros	Piña en rodaja
ALMUERZO						
Crema instantanea champiñones x 300cc	Crema instantanea verduras x 300cc	Crema instantanea Maicitos x 300cc	Crema instantanea pollo x 300cc	Crema instantanea tomate x 300cc	Crema instantanea Maicitos x 300cc	Crema instantanea Verduras x 300cc
Atun	Salchichón	Albondigón	Salchicha	Atún	Salchichón	Salchicha
Papa chip comercial	Platanitos comercial	Papa chip comercial	Platanitos comercial	Papa chip comercial	Platanitos comercial	Papa chip comercial
Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual
Leche individual larga vida x 200cc	Leche individual larga vida x 200cc	Leche individual larga vida x 200cc	Leche individual larga vida x 200cc	Leche individual larga vida x 200cc	Leche individual larga vida x 200cc	Leche individual larga vida x 200cc
Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial	Postre comercial
REFRIGERIO DE LA TARDE						
Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc
COMIDA / CENA						
Crema instantanea pollo x 300cc	Crema instantanea tomate x 300cc	Crema instantanea verduras x 300cc	Crema instantanea zanahoria x 300cc	Crema instantanea champiñones x 300cc	Crema instantanea pollo x 300cc	Crema instantanea tomate x 300cc
Albondigón	Salchicha	Atún	Salchichón	Salchicha	Albondigón	Atún
Platanitos comercial	Papa chip comercial	Platanitos comercial	Papa chip comercial	Platanitos comercial	Papa chip comercial	Platanitos comercial
Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual	Fruta individual
Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc	Jugo en tetrapack x 200cc
MERIENDA						
Frescolanta fresa	Avena	Frescolanta chocolate	Frescolanta fresa	Avena	Frescolanta chocolate	Frescolanta fresa
Tostada	Pan queso	Pan cangrejo	Pan integral	Pan bola	Tostada	Galleta Saltin

629

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 1		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	48	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2182	86.6	64.2	325.7	19	973	13.5	1020	1458	9.68	273	1.3	2	23.8	2.46	255	6.68	1093
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	122.0	80.3	70.3	76.0	97.3	103.8	68.0	208.3	80.7	303.3	118.2	181.8	170.0	189.2	63.8	286.7	156.1
% Adecuación Mujeres			103.9	131.2	100.3	103.4	76.0	97.3	50.0	68.0	208.3	121.0	364.0	118.2	181.8	170.0	189.2	63.8	286.7	156.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

630

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 2		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2180	89.5	62.1	327.7	20.5	926	12.4	1049	1392	8.86	266	2.16	2.17	23.3	2.58	272	1.56	1082
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	126.1	77.6	70.8	82.0	92.6	95.4	69.9	198.9	73.8	295.6	196.4	197.3	166.4	198.5	68.0	65.0	154.6
% Adecuación Mujeres			103.8	135.6	97.0	104.0	82.0	92.6	45.9	69.9	198.9	110.8	354.7	196.4	197.3	166.4	198.5	68.0	65.0	154.6

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

139

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ	3	

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	2	56g	208	4.2	0.6	45	0	4	1	0	36	0	0	0.04	0.02	0.2	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2196	86.8	64.4	327.3	17	967	12.9	1013	1429	9.41	282	1.23	1.99	22.5	2.17	246	6.88	1093
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.5	122.3	80.5	70.7	68.0	96.7	99.2	67.5	204.1	78.4	291.1	111.8	180.9	160.7	166.9	61.5	286.7	156.1
% Adecuación Mujeres			104.6	131.5	100.6	103.9	68.0	96.7	47.8	67.5	204.1	117.6	349.3	111.8	180.9	160.7	166.9	61.5	286.7	156.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
MENÚ 4		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.06	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.6	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	4	83g	360	7.6	0.4	83.6	8	32	4.4	28	188	1.08	44	0.36	0.08	5.6	1.16	36	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2180	90.7	62	324.6	21	931	13.2	1053	1419	9.04	267	2.2	2.17	24.4	2.67	266	1.56	1046
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	127.7	77.5	70.1	84.0	93.1	101.5	70.2	202.7	75.3	296.7	200.0	197.3	174.3	205.4	66.5	65.0	149.4
% Adecuación Mujeres			103.8	137.4	96.9	103.0	84.0	93.1	48.9	70.2	202.7	113.0	356.0	200.0	197.3	174.3	205.4	66.5	65.0	149.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 5		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.6	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	160	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.56	18	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2182	93.9	63.55	321.85	23.65	940.5	15.3	1058	1460.5	11.855	256.5	1.32	2.205	23.25	2.32	356.5	4.275	1099.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**83.9**	**132.3**	**79.4**	**69.5**	**94.6**	**94.1**	**117.7**	**70.5**	**208.6**	**98.8**	**285.0**	**120.0**	**200.5**	**166.1**	**178.5**	**89.1**	**178.1**	**157.1**
% Adecuación Mujeres			**103.9**	**142.3**	**99.3**	**102.2**	**94.6**	**94.1**	**56.7**	**70.5**	**208.6**	**148.2**	**342.0**	**120.0**	**200.5**	**166.1**	**178.5**	**89.1**	**178.1**	**157.1**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

659

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 6		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.06	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2182	95.1	63.45	318.75	24.15	945.5	16.1	1062	1487.5	12.035	257.5	1.36	2.205	24.35	2.41	350.5	4.275	1063.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	133.9	79.3	68.8	96.6	94.6	123.8	70.8	212.5	100.3	286.1	123.6	200.5	173.9	185.4	87.6	178.1	151.9
% Adecuación Mujeres			103.9	144.1	99.1	101.2	96.6	94.6	59.6	70.8	212.5	150.4	343.3	123.6	200.5	173.9	185.4	87.6	178.1	151.9

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
MENÚ 7		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	88g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	116	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2184	89.4	63.7	325.7	19	929	14.3	1057	1398	11.26	274	1.22	2.13	23.5	2.29	256	4.18	1045
Requerimientos																				
Hombres Promedio 55kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.0	125.9	79.6	70.3	76.0	92.9	110.0	70.5	199.7	93.8	304.4	110.9	193.6	167.9	176.2	64.0	174.2	149.3
% Adecuación Mujeres			104.0	135.5	99.5	103.4	76.0	92.9	53.0	70.5	199.7	140.8	365.3	110.9	193.6	167.9	176.2	64.0	174.2	149.3

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

936

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-05
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 8		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	61g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2181	86.8	63.4	327.7	20.5	959	13.5	1023	1456	9.77	264	1.33	2	23.8	2.66	270	6.88	1128
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	122.3	79.3	70.8	82.0	95.9	103.8	68.2	208.0	81.4	293.3	120.9	181.8	170.0	204.6	67.5	286.7	161.1
% Adecuación Mujeres			103.9	131.5	99.1	104.0	82.0	95.9	50.0	68.2	208.0	122.1	352.0	120.9	181.8	170.0	204.6	67.5	286.7	161.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

639

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 9		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	2	66g	180	1.4	0.4	48	3	6	0.6	6	40	0.18	20	0.1	0.04	0.6	0.4	30	0	72
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2181	86.9	63.1	331.9	18	930	10.8	1038	1340	8.41	273	2.05	2.17	21.1	2.2	269	1.56	1119
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	122.4	78.9	71.7	72.0	93.0	83.1	69.2	191.4	70.1	303.3	186.4	197.3	150.7	169.2	67.3	65.0	159.9
% Adecuación Mujeres			103.9	131.7	98.6	105.4	72.0	93.0	40.0	69.2	191.4	105.1	364.0	186.4	197.3	150.7	169.2	67.3	65.0	159.9

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

638

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:

MENÚ 10

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	1	65g	92	3.1	0.5	18.4	1.1	5	0.9	1	35	0.34	0	0.13	0.07	1.1	0.03	46	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	4	variable	216	4	1.6	53.6	11.2	88	2	12	100	0.44	220	0.24	0.24	4	0.4	84	0	308
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2147	87.1	64.1	317.7	20.4	970	12.7	1013	1422	9.68	297	1.34	2.09	23.1	2.21	319	6.88	1205
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**82.6**	**122.7**	**80.1**	**68.6**	**81.6**	**97.0**	**97.7**	**67.5**	**203.1**	**80.7**	**330.0**	**121.8**	**190.0**	**165.0**	**170.0**	**79.8**	**286.7**	**172.1**
% Adecuación Mujeres			**102.2**	**132.0**	**100.2**	**100.9**	**81.6**	**97.0**	**47.0**	**67.5**	**203.1**	**121.0**	**396.0**	**121.8**	**190.0**	**165.0**	**170.0**	**79.8**	**286.7**	**172.1**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

639

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
MENÚ 11		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	116	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.66	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2179	93.8	62.75	321.85	23.65	951.5	13.4	1047	1456.5	9.365	257.5	2.23	2.245	23.05	2.41	357.5	1.655	1101.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	132.1	78.4	69.5	94.6	95.2	103.1	69.8	208.1	78.0	286.1	202.7	204.1	164.6	185.4	89.4	69.0	157.4
% Adecuación Mujeres			103.8	142.1	98.0	102.2	94.6	95.2	49.6	69.8	208.1	117.1	343.3	202.7	204.1	164.6	185.4	89.4	69.0	157.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

069

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 12		

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	116	3.6	1.6	21.6	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.6	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2179	93.8	62.75	321.85	23.65	951.5	13.4	1047	1456.5	9.365	257.5	2.23	2.245	23.05	2.41	357.5	1.655	1101.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	132.1	78.4	69.5	94.6	95.2	103.1	69.8	208.1	78.0	286.1	202.7	204.1	164.6	185.4	89.4	69.0	157.4
% Adecuación Mujeres			103.8	142.1	98.0	102.2	94.6	95.2	49.6	69.8	208.1	117.1	343.3	202.7	204.1	164.6	185.4	89.4	69.0	157.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 13		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	1	25g	91	2.6	0.3	19.1	0.7	4	1.2	1	27	0.18	0	0.2	0.12	1.5	0.01	39	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.26	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2184	91.5	63	322.8	19.7	916	15.2	1058	1403	11.44	255	1.4	2.23	24.7	2.3	295	4.18	1044
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**84.0**	**128.9**	**78.8**	**69.7**	**78.8**	**91.6**	**116.9**	**70.5**	**200.4**	**95.3**	**283.3**	**127.3**	**202.7**	**176.4**	**176.9**	**73.8**	**174.2**	**149.1**
% Adecuación Mujeres			**104.0**	**138.6**	**98.4**	**102.5**	**78.8**	**91.6**	**56.3**	**70.5**	**200.4**	**143.0**	**340.0**	**127.3**	**202.7**	**176.4**	**176.9**	**73.8**	**174.2**	**149.1**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

ALIMENTO	porcion	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	alcio(mg	ierro(mg	Na(mg)	sforo(m	Zinc(mg)	Vit C (mg)	it B1(mg	t B2 (mg	t B3 (mg	t B6 (mg	Fólico(m	Vit B12	Vit A (UI)
Leche		200cc	122	6.8	6.6	9.4	0	240	0	97	190	0.29	4	0.08	0.36	0.2	0	0	0	72
Quesos		30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101

642

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 14		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2183	92.5	64.45	322.95	21.65	949.5	14.5	1051	1435.5	11.585	264.5	1.25	2.205	22.15	2.03	347.5	4.275	1100.5
Requerimientos **																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.0	130.3	80.6	69.8	86.6	95.0	111.5	70.1	205.1	96.5	293.9	113.6	200.5	158.2	156.2	86.9	178.1	157.2
% Adecuación Mujeres			104.0	140.2	100.7	102.5	86.6	95.0	53.7	70.1	205.1	144.8	352.7	113.6	200.5	158.2	156.2	86.9	178.1	157.2

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

ALIMENTO	porcion	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Calcio(mg	Hierro(mg	Na(mg)	sforo(m	Zinc(mg)	Vit C (mg)	it B1(mg	t B2 (mg	t B3 (mg	t B6 (mg	Fólico(m	Vit B12	Vit A (UI)
Leche		200cc	122	6.8	6.6	9.4	0	240	0	97	190	0.29	4	0.08	0.36	0.2	0	0	0	72
Quesos		30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101

643

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 15		

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	6	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2182	85.4	64.3	328.8	18.5	968	12.7	1016	1431	9.5	272	1.26	2	22.7	2.37	261	6.88	1129
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	120.3	80.4	71.0	74.0	96.8	97.7	67.7	204.4	79.2	302.2	114.5	181.8	162.1	182.3	65.3	286.7	161.3
% Adecuación Mujeres			103.9	129.4	100.5	104.4	74.0	96.8	47.0	67.7	204.4	118.8	362.7	114.5	181.8	162.1	182.3	65.3	286.7	161.3

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2016. código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

hh9

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 16		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2181	89.3	62.9	325.7	19	940	12.4	1046	1394	8.77	275	2.13	2.17	23.3	2.38	257	1.56	1047
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	125.8	78.6	70.3	76.0	94.0	95.4	69.7	199.1	73.1	305.6	193.6	197.3	166.4	183.1	64.3	65.0	149.6
% Adecuación Mujeres			103.9	135.3	98.3	103.4	76.0	94.0	45.9	69.7	199.1	109.6	366.7	193.6	197.3	166.4	183.1	64.3	65.0	149.6

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

ALIMENTO	porcion	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Calcio(mg	ierro(mg	Na(mg)	sforo(m	Zinc(mg)	Vit C (mg)	it B1(mg	it B2 (mg	it B3 (mg	it B6 (mg	Fólico(mg	Vit B12	Vit A (UI)
Leche		200cc	122	6.8	6.6	9.4	0	240	0	97	190	0.29	4	0.08	0.36	0.2	0	0	0	72
Quesos		30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101

Sh9

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 17		

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	226	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	2	56g	208	4.2	0.6	45	0	4	1	0	36	0	0	0.04	0.02	0.2	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2195	88.2	63.5	326.2	19	958	13.7	1020	1454	9.68	254	1.3	1.99	23.6	2.46	255	6.86	1092
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**84.4**	**124.2**	**79.4**	**70.5**	**76.0**	**95.8**	**105.4**	**68.0**	**207.7**	**80.7**	**282.2**	**118.2**	**180.9**	**168.6**	**189.2**	**63.8**	**286.7**	**156.0**
% Adecuación Mujeres			**104.5**	**133.6**	**99.2**	**103.6**	**76.0**	**95.8**	**50.7**	**68.0**	**207.7**	**121.0**	**338.7**	**118.2**	**180.9**	**168.6**	**189.2**	**63.8**	**286.7**	**156.0**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018. código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

ALIMENTO	porcion	Porción	Calorias(kcal)	Proteínas(g	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	alcio(mg	ierro(mg	Na(mg)	sforo(m	Zinc(mg)	Vit C (mg)	it B1(mg	t B2 (mg	it B3 (mg	it B6 (mg	Fólico(mg	Vit B12	Vit A (UI)
Leche		200cc	122	6.8	6.6	9.4	0	240	0	97	190	0.29	4	0.08	0.36	0.2	0	0	0	72
Quesos		30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101

646

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ	18	

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	6	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	1	25g	91	2.6	0.3	19.1	0.7	4	1.2	1	27	0.18	0	0.2	0.12	1.5	0.01	39	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2183	94.6	63.75	320.05	22.35	936.5	15.4	1052	1440.5	11.765	245.5	1.43	2.305	23.35	2.04	386.5	4.275	1099.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**84.0**	**133.2**	**79.7**	**69.1**	**89.4**	**93.7**	**118.5**	**70.1**	**205.8**	**98.0**	**272.8**	**130.0**	**209.5**	**166.8**	**156.9**	**96.6**	**178.1**	**157.1**
% Adecuación Mujeres			**104.0**	**143.3**	**99.6**	**101.6**	**89.4**	**93.7**	**57.0**	**70.1**	**205.8**	**147.1**	**327.3**	**130.0**	**209.5**	**166.8**	**156.9**	**96.6**	**178.1**	**157.1**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

694

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 19		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.08	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	2	66g	180	1.4	0.4	46	3	6	0.6	6	40	0.18	20	0.1	0.04	0.6	0.4	30	0	72
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2179	92.6	62.85	324.95	23.15	946.5	12.6	1043	1429.5	9.185	256.5	2.19	2.245	21.95	2.32	363.5	1.655	1137.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	130.4	78.6	70.2	92.6	94.7	96.9	69.5	204.2	76.5	285.0	199.1	204.1	156.8	178.5	90.9	69.0	162.5
% Adecuación Mujeres			103.8	140.3	98.2	103.2	92.6	94.7	46.7	69.5	204.2	114.8	342.0	199.1	204.1	156.8	178.5	90.9	69.0	162.5

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 20		

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	4	63g	360	7.6	0.4	83.6	8	32	4.4	28	186	1.08	44	0.36	0.08	5.6	1.16	36	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2183	90.8	62.8	324.6	21	920	15.1	1064	1423	11.53	266	1.29	2.13	24.6	2.58	265	4.18	1044
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.0	127.9	78.5	70.1	84.0	92.0	116.2	70.9	203.3	96.1	295.6	117.3	193.6	175.7	198.5	66.3	174.2	149.1
% Adecuación Mujeres			104.0	137.6	98.1	103.0	84.0	92.0	55.9	70.9	203.3	144.1	354.7	117.3	193.6	175.7	198.5	66.3	174.2	149.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

ALIMENTO	porcion	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	alcio(m	ierro(m	Na(mg)	sforo(n	Zinc(mg)	Vit C (mg)	it B1(m	it B2 (m	it B3 (m	it B6 (m	Fólico(n	Vit B12	Vit A (UI)
Leche		200cc	122	6.8	6.6	9.4	0	240	0	97	190	0.29	4	0.08	0.36	0.2	0	0	0	72
Quesos		30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101

649

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 21		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.26	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	4	83g	360	7.6	0.4	83.6	8	32	4.4	28	188	1.08	44	0.36	0.08	5.6	1.16	36	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2160	90.7	62	324.6	21	931	13.2	1053	1419	9.04	267	2.2	2.17	24.4	2.67	266	1.56	1046
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	127.7	77.5	70.1	84.0	93.1	101.5	70.2	202.7	75.3	296.7	200.0	197.3	174.3	205.4	66.5	65.0	149.4
% Adecuación Mujeres			103.8	137.4	96.9	103.0	84.0	93.1	48.9	70.2	202.7	113.0	356.0	200.0	197.3	174.3	205.4	66.5	65.0	149.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

059

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 22		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2181	86.8	63.4	327.7	20.5	959	13.5	1023	1456	9.77	264	1.33	2	23.8	2.66	270	6.88	1128
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	122.3	79.3	70.8	82.0	95.9	103.8	68.2	208.0	81.4	293.3	120.9	181.8	170.0	204.6	67.5	286.7	161.1
% Adecuación Mujeres			103.9	131.5	99.1	104.0	82.0	95.9	50.0	68.2	208.0	122.1	352.0	120.9	181.8	170.0	204.6	67.5	286.7	161.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

159

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 23		

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2180	89.5	62.1	327.7	20.5	926	12.4	1049	1392	8.86	266	2.16	2.17	23.3	2.58	272	1.56	1082
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**83.8**	**126.1**	**77.6**	**70.8**	**82.0**	**92.6**	**95.4**	**69.9**	**198.9**	**73.8**	**295.6**	**196.4**	**197.3**	**166.4**	**198.5**	**68.0**	**65.0**	**154.6**
% Adecuación Mujeres			**103.8**	**135.6**	**97.0**	**104.0**	**82.0**	**92.6**	**45.9**	**69.9**	**198.9**	**110.8**	**354.7**	**196.4**	**197.3**	**166.4**	**198.5**	**68.0**	**65.0**	**154.6**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

259

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 24		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	26	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	1	65g	92	3.1	0.5	18.4	1.1	5	0.9	1	35	0.34	0	0.13	0.07	1.1	0.03	46	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	0	83g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Plátano	2	66g	180	1.4	0.4	48	3	6	0.6	6	40	0.18	20	0.1	0.04	0.6	0.4	30	0	72
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2179	91	63.75	322.45	22.25	987.5	11.6	1000	1477.5	7.675	244.5	2.31	2.165	21.95	2.23	399.5	4.355	1185.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**83.8**	**128.2**	**79.7**	**69.6**	**89.0**	**98.8**	**89.2**	**66.7**	**211.1**	**64.0**	**271.7**	**210.0**	**196.8**	**156.8**	**171.5**	**99.9**	**181.5**	**169.4**
% Adecuación Mujeres			**103.8**	**137.9**	**99.6**	**102.4**	**89.0**	**98.8**	**43.0**	**66.7**	**211.1**	**95.9**	**326.0**	**210.0**	**196.8**	**156.8**	**171.5**	**99.9**	**181.5**	**169.4**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

953

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 25		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0,06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	1	65g	92	3.1	0.5	18.4	1.1	5	0.9	1	35	0.34	0	0.13	0.07	1.1	0.03	46	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2185	94.9	64.75	317.35	21.25	951.5	15.1	1049	1450.5	11.835	254.5	1.33	2.255	22.95	1.86	378.5	4.275	1064.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.0	133.7	80.9	68.5	85.0	95.2	116.2	69.9	207.2	98.6	282.8	120.9	205.0	163.9	143.1	94.6	178.1	152.1
% Adecuación Mujeres			104.0	143.8	101.2	100.7	85.0	95.2	55.9	69.9	207.2	147.9	339.3	120.9	205.0	163.9	143.1	94.6	178.1	152.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-05
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 26		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	1	66g	90	0.7	0.2	24	1.5	3	0.3	3	20	0.09	10	0.05	0.02	0.3	0.2	15	0	36
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2179	93.8	62.75	321.85	23.65	951.5	13.4	1047	1456.5	9.365	257.5	2.23	2.245	23.05	2.41	357.5	1.655	1101.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.8	132.1	78.4	69.5	94.6	95.2	103.1	69.8	208.1	78.0	286.1	202.7	204.1	164.6	185.4	89.4	69.0	157.4
% Adecuación Mujeres			103.8	142.1	98.0	102.2	94.6	95.2	49.6	69.8	208.1	117.1	343.3	202.7	204.1	164.6	185.4	89.4	69.0	157.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

559

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 27		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	2	66g	180	1.4	0.4	48	3	6	0.6	6	40	0.18	20	0.1	0.04	0.6	0.4	30	0	72
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2183	88.4	63	330.8	20	910	13.5	1056	1369	11.17	264	1.21	2.13	22.4	2.4	277	4.18	1116
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.0	124.5	78.8	71.4	80.0	91.0	103.8	70.4	195.6	93.1	293.3	110.0	193.6	160.0	184.6	69.3	174.2	159.4
% Adecuación Mujeres			104.0	133.9	98.4	105.0	80.0	91.0	50.0	70.4	195.6	139.6	352.0	110.0	193.6	160.0	184.6	69.3	174.2	159.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

959

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ	28	

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.6	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2181	89.3	62.9	325.7	19	940	12.4	1046	1394	6.77	275	2.13	2.17	23.3	2.38	257	1.56	1047
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			83.9	125.8	78.6	70.3	76.0	94.0	95.4	69.7	199.1	73.1	305.6	193.6	197.3	166.4	183.1	64.3	65.0	149.6
% Adecuación Mujeres			103.9	135.3	98.3	103.4	76.0	94.0	45.9	69.7	199.1	109.6	366.7	193.6	197.3	166.4	183.1	64.3	65.0	149.6

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energia y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

659

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-05
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 29		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	2	65g	184	6.2	1	36.8	2.2	10	1.8	2	70	0.68	0	0.26	0.14	2.2	0.06	92	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	8.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2186	89	65	320.7	17.2	967	13.1	1008	1434	9.82	251	1.38	2.1	23.2	1.94	329	6.68	1093
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			84.1	125.4	81.3	69.3	68.8	96.7	100.8	67.2	204.9	81.8	278.9	125.5	190.9	165.7	149.2	82.3	286.7	156.1
% Adecuación Mujeres			104.1	134.8	101.6	101.8	68.8	96.7	48.5	67.2	204.9	122.8	334.7	125.5	190.9	165.7	149.2	82.3	286.7	156.1

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

859

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA NORMAL	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 30		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	2	80g	208	3.8	0.4	45.8	0.4	4	0.4	0	60	0.68	0	0.04	0.04	0.6	0.08	4	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	2	22g	118	3.6	1.6	21.8	1	48	1.4	236	42	0.28	0	0.2	0.14	1.8	0.02	42	0.02	0
Papa	3	83g	270	5.7	0.3	62.7	6	24	3.3	21	141	0.81	33	0.27	0.06	4.2	0.87	27	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	1	62g	91	0.5	1	22	0	17	0.3	0	22	0	19	0.02	0.02	0.3	0	0	0	1
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3	variable	162	3	1.2	40.2	6.4	66	1.5	9	75	0.33	165	0.18	0.18	3	0.3	63	0	231
Azucar y Postres	3	26g	300	0.3	0	77.4	0	0	0.3	0	0	0.78	0	0.03	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.6	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	76	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			2181	89.3	62.9	325.7	19	940	12.4	1046	1394	8.77	275	2.13	2.17	23.3	2.38	257	1.56	1047
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**83.9**	**125.8**	**78.6**	**70.3**	**76.0**	**94.0**	**95.4**	**69.7**	**199.1**	**73.1**	**305.6**	**193.6**	**197.3**	**166.4**	**183.1**	**64.3**	**65.0**	**149.6**
% Adecuación Mujeres			**103.9**	**135.3**	**98.3**	**103.4**	**76.0**	**94.0**	**45.9**	**69.7**	**199.1**	**109.6**	**366.7**	**193.6**	**197.3**	**166.4**	**183.1**	**64.3**	**65.0**	**149.6**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA. Escuela de Nutrición y Dietética, Medellin 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

659

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 1		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13,2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0,385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1683	84.3	63.9	200.1	18.7	981	12.55	1132.5	1392.5	8.485	270.5	1.27	2.04	23.2	2.19	275.5	6.89	1130.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**64.7**	**118.7**	**79.9**	**43.2**	**74.8**	**98.1**	**96.5**	**75.5**	**198.9**	**70.7**	**300.6**	**115.5**	**185.5**	**165.7**	**168.5**	**68.9**	**287.1**	**161.5**
% Adecuación Mujeres			**80.1**	**127.7**	**99.8**	**63.5**	**74.8**	**98.1**	**46.5**	**75.5**	**198.9**	**106.1**	**360.7**	**115.5**	**185.5**	**165.7**	**168.5**	**68.9**	**287.1**	**161.5**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética. Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

660

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 2		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.6	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.16	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1682	87	62.6	200.1	18.7	948	11.45	1158.5	1328.5	7.575	272.5	2.1	2.21	22.7	2.11	277.5	1.57	1084.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.7	122.5	78.3	43.2	74.8	94.8	88.1	77.2	189.8	63.1	302.8	190.9	200.9	162.1	162.3	69.4	65.4	154.9
% Adecuación Mujeres			80.1	131.8	97.8	63.5	74.8	94.8	42.4	77.2	189.8	94.7	363.3	190.9	200.9	162.1	162.3	69.4	65.4	154.9

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 3		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1683	84.3	63.9	200.1	18.7	981	12.55	1132.5	1392.5	8.485	270.5	1.27	2.04	23.2	2.19	275.5	6.89	1130.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.7	118.7	79.9	43.2	74.8	98.1	96.5	75.5	198.9	70.7	300.6	115.5	185.5	165.7	168.5	68.9	287.1	161.5
% Adecuación Mujeres			80.1	127.7	99.8	63.5	74.8	98.1	46.5	75.5	198.9	106.1	360.7	115.5	185.5	165.7	168.5	68.9	287.1	161.5

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 4		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1682	87	62.6	200.1	18.7	948	11.45	1158.5	1328.5	7.575	272.5	2.1	2.21	22.7	2.11	277.5	1.57	1084.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.7	122.5	78.3	43.2	74.8	94.8	88.1	77.2	189.8	63.1	302.8	190.9	200.9	162.1	162.3	69.4	65.4	154.9
% Adecuación Mujeres			80.1	131.8	97.8	63.5	74.8	94.8	42.4	77.2	189.8	94.7	363.3	190.9	200.9	162.1	162.3	69.4	65.4	154.9

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 5		

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan blanco	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	1	83g	90	1.9	0.1	20.9	2	8	1.1	7	47	0.27	11	0.09	0.02	1.4	0.29	9	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1684	91.4	64.05	194.25	21.85	962.5	14.35	1167.5	1397	10.57	263	1.26	2.245	22.65	1.85	362	4.285	1102
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.8	128.7	80.1	42.0	87.4	96.3	110.4	77.8	199.6	88.1	292.2	114.5	204.1	161.8	142.3	90.5	178.5	157.4
% Adecuación Mujeres			80.2	138.5	100.1	61.7	87.4	96.3	53.1	77.8	199.6	132.1	350.7	114.5	204.1	161.8	142.3	90.5	178.5	157.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

699

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 6		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	160	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.56	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0.5	variable	89	6.2	0.75	15.05	5.15	33.5	2.1	5	111.5	0.775	2.5	0.16	0.095	1.15	0.12	94.5	0.095	19.5
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1774	93.3	64.15	215.15	23.85	970.5	15.45	1174.5	1444	10.84	274	1.35	2.265	24.05	2.14	371	4.285	1102
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			68.2	131.4	80.2	46.5	95.4	97.1	118.8	78.3	206.3	90.3	304.4	122.7	205.9	171.8	164.6	92.8	178.5	157.4
% Adecuación Mujeres			84.5	141.4	100.2	68.3	95.4	97.1	57.2	78.3	206.3	135.5	365.3	122.7	205.9	171.8	164.6	92.8	178.5	157.4

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

599

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 7		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	96g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1685	87.1	63.4	200.1	18.7	937	13.35	1169.5	1332.5	10.065	271.5	1.19	2.17	22.9	2.02	276.5	4.19	1082.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.8	122.7	79.3	43.2	74.8	93.7	102.7	78.0	190.4	83.9	301.7	108.2	197.3	163.6	155.4	69.1	174.6	154.6
% Adecuación Mujeres			80.2	132.0	99.1	63.5	74.8	93.7	49.4	78.0	190.4	125.8	362.0	108.2	197.3	163.6	155.4	69.1	174.6	154.6

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

999

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
		Fecha de vigencia:
MENÚ 7		

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	360	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.6	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1685	87.1	63.4	200.1	18.7	937	13.35	1169.5	1332.5	10.065	271.5	1.19	2.17	22.9	2.02	276.5	4.19	1082.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.8	122.7	79.3	43.2	74.8	93.7	102.7	78.0	190.4	83.9	301.7	108.2	197.3	163.6	155.4	69.1	174.6	154.6
% Adecuación Mujeres			80.2	132.0	99.1	63.5	74.8	93.7	49.4	78.0	190.4	125.8	362.0	108.2	197.3	163.6	155.4	69.1	174.6	154.6

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 8		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteinas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1683	84.3	63.9	200.1	18.7	981	12.55	1132.5	1392.5	8.485	270.5	1.27	2.04	23.2	2.19	275.5	6.89	1130.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.7	118.7	79.9	43.2	74.8	98.1	96.5	75.5	198.9	70.7	300.6	115.5	185.5	165.7	168.5	68.9	287.1	161.5
% Adecuación Mujeres			80.1	127.7	99.8	63.5	74.8	98.1	46.5	75.5	198.9	106.1	360.7	115.5	185.5	165.7	168.5	68.9	287.1	161.5

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

899

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-05
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 9		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	Nº porc.	Porción	Calorías(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	0	81g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne cerdo	1	100g	142	21.4	5.7	0	0	17	0.8	52	211	1.84	1	0.99	0.27	4.9	0.53	5	0.63	2
Carne Res	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pollo sin hueso y piel	1	86g	114	19.7	3.9	0	0	10	1	65	168	1.91	3	0.08	0.19	6.3	0.33	10	0.35	20
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1682	87	62.6	200.1	18.7	948	11.45	1158.5	1328.5	7.575	272.5	2.1	2.21	22.7	2.11	277.5	1.57	1084.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			64.7	122.5	78.3	43.2	74.8	94.8	88.1	77.2	189.8	63.1	302.8	190.9	200.9	162.1	162.3	69.4	65.4	154.9
% Adecuación Mujeres			80.1	131.8	97.8	63.5	74.8	94.8	42.4	77.2	189.8	94.7	363.3	190.9	200.9	162.1	162.3	69.4	65.4	154.9

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.

699

	APORTE NUTRICIONAL	Código: GPR-AN-06
	DIETA HIPOGLUCIDA	Versión: 01
MENÚ 10		Fecha de vigencia:

ALIMENTO	N° porc.	Porción	Calorias(kcal)	Proteínas(g)	Grasas(g)	Chos (g)	Fibra	Ca(mg)	Fe(mg)	Na(mg)	P(mg)	Zinc(mg)	Vit C (mg)	Vit B1 (mg)	Vit B2 (mg)	Vit B3 (mg)	Vit B6 (mg)	Ac Fól. (mcg)	Vit B12	Vit A (UI)
Leche	2	200cc	244	13.6	13.2	18.8	0	480	0	194	380	0.58	8	0.16	0.72	0.4	0	0	0	144
Quesos	1	30g	83	6.5	5.7	1.5	0	207	0.2	116	114	0.28	0	0.01	0.12	0	0	4	0.06	101
huevo crudo	1	50g	75	6.3	5	0.6	0	25	0.7	63	89	0.55	0	0.03	0.26	0.1	0.07	24	0.5	96
chorizo	0	31g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mortadela ***	0	30g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Salchicha	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sachichón C.	0	34g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Atún	0	120g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pescado	1	81g	112	16.9	4.4	0	0	54	0.2	28	228	0.33	2	0.16	0.06	6.6	0.5	9	3.05	68
Carne cerdo	0	100g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Carne Res	1	100g	145	21.5	6.5	0	0	6	2.7	63	215	4.33	0	0.08	0.23	5.1	0.44	4	3.25	0
Pollo sin hueso y piel	0	86g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arroz	1	80g	104	1.9	0.2	22.9	0.2	2	0.2	0	30	0.34	0	0.02	0.02	0.3	0.04	2	0	0
Maizena	0	24g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Harina de trigo	0	25g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Pasta	0	65g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Arepa	1	56g	104	2.1	0.3	22.5	0	2	0.5	0	18	0	0	0.02	0.01	0.1	0	0	0	0
Pan	3	22g	177	5.4	2.4	32.7	1.5	72	2.1	354	63	0.42	0	0.3	0.21	2.7	0.03	63	0.03	0
Papa	2	83g	180	3.8	0.2	41.8	4	16	2.2	14	94	0.54	22	0.18	0.04	2.8	0.58	18	0	0
Plátano	0	66g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Yuca	0	62g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Leguminosa	0	variable	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Fruta	3.5	variable	189	3.5	1.4	46.9	9.8	77	1.75	10.5	87.5	0.385	192.5	0.21	0.21	3.5	0.35	73.5	0	269.5
Azucar y Postres	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Panela	0	26g	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Verduras/Hortalizas	2	100g	50	2.8	0.6	10.4	3.2	40	2	150	74	0.68	46	0.1	0.16	1.6	0.18	78	0	452
Grasas	5	5cc	220	0	24	2	0	0	0	140	0	0.05	0	0	0	0	0	0	0	0
Total			1683	84.3	63.9	200.1	18.7	981	12.55	1132.5	1392.5	8.485	270.5	1.27	2.04	23.2	2.19	275.5	6.89	1130.5
Requerimientos																				
Hombres Promedio 65kg.			2600	71	80	463	25	1000	13	1500	700	12	90	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
Mujeres Promedio 60kg.			2100	66	64	315	25	1000	27	1500	700	8	75	1.1	1.1	14	1.3	400	2.4	700
% Adecuación Hombres			**64.7**	**118.7**	**79.9**	**43.2**	**74.8**	**98.1**	**96.5**	**75.5**	**198.9**	**70.7**	**300.6**	**115.5**	**185.5**	**165.7**	**168.5**	**68.9**	**287.1**	**161.5**
% Adecuación Mujeres			**80.1**	**127.7**	**99.8**	**63.5**	**74.8**	**98.1**	**46.5**	**75.5**	**198.9**	**106.1**	**360.7**	**115.5**	**185.5**	**165.7**	**168.5**	**68.9**	**287.1**	**161.5**

*lista de intercambio de alimentos elaborada por el GRUPO DE CONSUMO DE ALIMENTOS DELA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA, Escuela de Nutrición y Dietética, Medellín 2018, código 210108

** Recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes para la población colombiana, según Resoución 3803 de 2016.