

ALMUERZO PREPARADO EN SITIO						
OPERADOR:	NOMBRE DEL OPERADOR					
DEPARTAMENTO:	MAGDALENA				MUNICIPIO	SABANAS DE SAN ANGEL
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA		INDÍGENA	X		
	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA		RESGUARDO INDIGENA CHIMILA			
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	C.E. ETTE ENNAKA, ERM NUEVO HORIZONTE, ERM ALEMANIA					
SEMANA No. 1						
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5	
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE SUDADA	POLLO GUIADO	CARNE EN GOULASH	PECHUGA SALTEADA	CARNE EN CUADRITOS	
LEGUMINOSA	LENTEJAS GUIADAS			SOPA DE FRIJOL ROJO		
CERÉAL	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ BLANCO	PASTAS SUDADAS	
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CERÉAL	TAJADAS DE PLATANO AMARILLO	PAPA COCIDA	YUCA COCIDA	PLATANO MADURO COCIDO	TAJADAS AMARILLAS	
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE REPOLLO	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	RODAJAS DE TOMATE	
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LIMON	CHICHA DE MAIZ	REFresco DE AVENA	LIMONADA	REFresco DE AVENA	
FRUTA		PAPAYA EN CUADRITOS			MELON EN TROCITOS	

SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO	CARNE GUISADA	HUEVO FRITO	POLLO GUISADO	CARNE FRITA
LEGUMINOSA			ARVEJA GUISADA		FRIJOL CABECITA NEGRA GUISADO
CEREAL	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON VERDURAS	ARROZ BLANCO
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPAS GUISADAS	MONEDITAS DE PLATANO VERDE	PLATANO AMARILLO COCIDO	PAPAS FRITAS	TAJADAS AMARILLAS
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE PEPINO	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO	RODAJAS DE TOMATE	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA
BEBIDA	LIMONADA	CHICHA DE MAIZ	AGUA DE PANELA CON LIMON	REFRESCO DE AVENA	LIMONADA
FRUTA		BANANO		PATILLA EN RODAJA	
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE ASADA	POLLO A LA PLANCHA	CARNE EN BISTECK	HUEVO REVUELTO	POLLO GUISADO
LEGUMINOSA	FRIJOL ROJO GUISADO			LENTEJAS GUISADAS	
CEREAL	ARROZ BLANCO	PASTAS GUISADAS	ARROZ DE FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ DE VERDURAS
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PATACON DE PLATANO VERDE	PAPAS FRITAS	TAJADAS AMARILLAS	MONEDITAS DE PLATANO VERDE	YUCA COCIDA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE HABICHUELA Y ZANAHORIA	ENSALADA DE ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO	RODAJAS DE TOMATE
BEBIDA	AGUA DE PANELA CON LIMON	REFRESCO DE AVENA	LIMONADA	CHICHA DE MAIZ	AGUA DE PANELA CON LIMON
FRUTA			PAPAYA EN CUADRITOS		PIÑA EN RODAJA

SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO GUISADO CON PAPAS	CARNE FRITA	CARNE GUISADA	POLLO GOULASH	HUEVO FRITO
LEGUMINOSA		ARVEJAS GUISADAS			LENTEJAS GUISADAS
CEREAL	ARROZ DE FIDEOS	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE VERDURAS
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL		TAJADAS DE PLATANO VERDE	PAPA COCIDA	TAJADAS AMARILLAS	YUCA FRITA
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE LECHUGA	ENSALADA DE REMOLACHA CON ZANAHORIA	ENSALADA DE REPOLLO CON ZANAHORIA	ENSALADA DE PEPINO, CEBOLLA Y CILANTRO	RODAJAS DE TOMATE
BEBIDA	REFRESCO DE AVENA	LIMONADA	CHICHA DE MAIZ	REFRESCO DE AVENA	AGUA DE PANELA CON LIMON
FRUTA	MELON EN CUADRITOS		PAPAYA EN CUADRITOS		
SEMANA No. 5					
COMPONENTES	MENÚ No. 21				
ALIMENTO PROTEÍCO	POLLO SUDADO				
LEGUMINOSA					
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA				
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE CEREAL	PAPA COCIDA				
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE REPOLLO				
BEBIDA	CHICHA DE MAIZ				
FRUTA	PAPAYA EN CUADRITOS				
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS			MERLY BONETT MALDONADO		
FIRMA			MATRÍCULA PROFESIONAL	MND03560	