

   					
F1.4 FORMATO PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS					
ALMUERZO PREPARADO EN SITIO					
OPERADOR: CONSORCIO SIEMPRE ADELANTE					
DEPARTAMENTO	SANTANDER			MUNICIPIO	82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X	INDÍGENA		
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA				
INSTITUCIONES EDUCATIVAS OFICIALES DE LOS 82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN					
SEMANA No. 1					
COMPONENTES	MENÚ No. 1	MENÚ No. 2	MENÚ No. 3	MENÚ No. 4	MENÚ No. 5
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE GUISADA	PECHUGA ASADA	CARNE EN BISTEC	HUEVOS REVUELTOS	ESTOFADO DE POLLO
LEGUMINOSAS SECAS	-	-	FRIJOLES GUISADOS	LENTEJAS GUISADAS	-
CEREAL	ARROZ BLANCO	MACARRONES EN SALSA ROJA CON QUESO	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ PALITO
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS - DERIVADOS DE	PLATANO DULCE	YUCA CON GUIZO	ABORRAJADO (PLATANO MADURO CON QUESO)	PURE DE PAPA CON QUESO	PAPA AL VAPOR
VERDURA FRÍA O CALIENTE	GUIZO DE VERDURAS	ENSALADA DE ZANAHORIA RALLADA Y TOMATE	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE	TOMATE EN CASQUITOS	ENSALADA VERDE (Lechuga cometa, Repollo, pepino, tomate, cebolla y salsa)
FRUTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE	JUGO DE GUAYABA CON LIMON	NARANJADA	JUGO DE PIÑA	JUGO DE MANGO CON LECHE
LÁCTEO			-	-	
AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
SEMANA No. 2					
COMPONENTES	MENÚ No. 6	MENÚ No. 7	MENÚ No. 8	MENÚ No. 9	MENÚ No. 10
ALIMENTO PROTEÍCO	SUDADO DE POLLO	CARNE GUISADA	HUEVO FRITO	PECHUGA APANADA	CARNE A LA PLANCHA
LEGUMINOSAS SECAS	-	-	ARVEJA GUISADA		FRIJOLES GUISADOS
CEREAL	ARROZ PALITO	ESPAGUETTIS	ARROZ CON PIMENTON	ARROZ BLANCO	ARROZ CON ZANAHORIA
TUBERCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS -	PAPA CHORREADA	PAPA FRITA	PURE DE PAPA CON QUESO	MADURO COCIDO	AREPA DE MAIZ BLANCO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	TORTILLA DE VERDURAS	ENSALADA AGRIDULCE (piña, repollo y queso)	ENSALADA PICO DE GALLO	GUIZO DE VERDURAS CON QUESO	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA
FRUTA	JUGO DE MANGO CON LECHE	PORCION DE PAPAYA	JUGO DE GUAYABA CON LECHE	JUGO DE PIÑA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE
LÁCTEO		-		-	
AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA



La educación es de todos

Ministerio de Educación

PAE

F1.4 FORMATO PLANEACIÓN CICLO DE MENÚS

ALMUERZO PREPARADO EN SITIO

CONSORCIO SIEMPRE ADELANTE

OPERADOR:					
DEPARTAMENTO	SANTANDER			MUNICIPIO	82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN
GRUPO ÉTNICO	RAIZAL		ROM		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS
	SIN PERTENENCIA ÉTNICA COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	X	INDÍGENA		
ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO	INSTITUCIONES EDUCATIVAS OFICIALES DE LOS 82 MUNICIPIOS NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN				
SEMANA No. 3					
COMPONENTES	MENÚ No. 11	MENÚ No. 12	MENÚ No. 13	MENÚ No. 14	MENÚ No. 15
ALIMENTO PROTEÍCO	PECHUGA GRATINADA	HUEVOS PERICOS	CARNE A LA PLANCHA NAPOLITANA	ESTOFADO DE POLLO CON PAPA	CARNE A LA PLANCHA
LEGUMINOSAS SECAS	-	FRIJOLES GUISADOS	-	-	GARBANZOS GUISADOS
CEREAL	ARROZ BLANCO	ARROZ AL PEREJIL	ARROZ PALITO	MACARRONES EN SALSA ROJA	ARROZ AL PIMENTON
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS -	MADURO FRITO CON QUESO RALLADO	DEDITO DE HARINA CON QUESO	PATACONES	PURE DE PAPA	AREPA CON QUESO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	PIQUE (Tomate, Cebolla cabezona, cilantro y	TOMATE EN CASQUITOS	GUISO DE VERDURAS CON QUESO	ENSALADA DE PEPINO Y TOMATE.	ENSALADA TRADICIONAL (Tomate, cebolla cabezona y
FRUTA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE LULO	JUGO DE MANGO CON LECHE	JUGO DE TOMATE ARBOL CON LECHE	LIMONADA
LÁCTEO	-	-			EN EL DERIVADO DEL CEREAL
AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA
SEMANA No. 4					
COMPONENTES	MENÚ No. 16	MENÚ No. 17	MENÚ No. 18	MENÚ No. 19	MENÚ No. 20
ALIMENTO PROTEÍCO	CARNE EN BISTEC	CARNE A LA PLANCHA GRATINADA	PECHUGA CON QUISO	HUEVO EN TORTILLA	PECHUGA A LA PLANCHA
LEGUMINOSAS SECAS	LENTEJAS GUISADAS	-	-	FRIJOLES GUISADOS	-
CEREAL	ARROZ CON ZANAHORIA	ARROZ CON MADURITO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ BLANCO	ESPAGUETTIS EN SALSA ROJA
TUBÉRCULOS - RAÍCES - PLÁTANOS -	MADURO ACARAMELADO	YUCA AL VAPOR	AREPA DE MAIZ BLANCO	PURE DE PAPA CON QUESO	DEDITO DE HARINA CON QUESO
VERDURA FRÍA O CALIENTE	ENSALADA DE TOMATE Y ZANAHORIA	ENSALADA PICO DE GALLO	ENSALADA DE ZANAHORIA Y PEPINO	ENSALADA FRESCA (Repollo, Zanahoria, Tomate y limón)	RODAJAS DE TOMATE Y PEPINO
FRUTA	PORCION DE MANZANA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MANGO CON LECHE	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE LULO
LÁCTEO	-	EN EL ALIMENTO PROTEICO		EN EL TUBERCULO	-
AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA	AGUA