



**ANEXO N° 8. MINUTAS DE ALIMENTACIÓN**

A continuación se relacionan algunas de las minutas que pueden ser suministradas, sin embargo el menú podrá ser concertado con el supervisor del contrato, y deberá garantizar al menos los siguientes elementos:

- DESAYUNO:

PRODUCTO	CARACTERISTICAS DE LA RACION.
FRUTA	1 porción.
PROTEINA (Carnes, Huevos, Queso, carnes frías)	2 porciones c/u 80 Gr.
HARINAS	2 porciones variadas (100 gr c/u)
BEBIDA CALIENTE O FRÍA	1 porción de 200 ml.

- COMIDA PRINCIPAL (ALMUERZO/CENA):

PRODUCTO	CARACTERISTICAS DE LA RACION.
CARNE (Res, Pollo, Cerdo)	2 porciones c/u 80 Gr.
HARINAS	2 porciones variadas (100 gr c/u)
LEGUMBRE O VERDURAS (ensalada)	1 porción 100 Gr.
JUGO O REFRESCO	1 porción de 200 ml.
POSTRE O DULCE	1 porción.

DESAYUNOS	ALMUERZOS	CENAS
Jugo de frutas natural Huevos revueltos Queso blanco Arepá tela Pan tostado	Lentejas Guisadas Goulash (carne en trozos con verduras guisadas) Arroz blanco Tajada de maduro Postre Bebida	Arroz mixto (pollo, verduras y carne) Papas Chips Postre Torta de queso Bebida
Café o chocolate en leche Arepá de chόcolo	Sopa de las dos papas Pescado apanado	Pastas (Tornillos con salchicha) Lomo de cerdo a las finas hierbas





DESAYUNOS	ALMUERZOS	CENAS
<p>Porción de quesito Pandequeso Mantequilla</p>	<p>Arroz (blanco, moreno, con coco) Patacón de pintón Ensalada Postre Bebida</p>	<p>Puré de papas Pan Postre Bebida</p>
<p>Jugo de frutas natural Huevos revueltos con hogao (2 unidades) Arepa blanca Queso Pan tostado</p>	<p>Sudado de cerdo Papa o yuca Arroz Blanco Postre Ensalada Bebida</p>	<p>Rollo de carne a la BBQ Papas al vapor Arroz thai Pan Postre Bebida</p>
<p>Café, Cocoa, Chocolate en leche Huevo Salchicha Arepa tela Croissant</p>	<p>Milanesa de pollo Papas a la francesa Arroz Mazorca dulce Ensalada Bebida</p>	<p>Ajiaco: con pollo Arroz Aguacate (1/4 aguacate) Ensalada Banano y arepa Bebida</p>
<p>Café, Cocoa, Chocolate en leche Arepa Tela Calentado Huevos revueltos con hogao Bebida</p>	<p>Tamal antioqueño Arepa redonda Bebida</p>	<p>CAZUELA DE FRÍJOLE: Carne desmechada Chicharroncitos Maduro picado Maicitos Frijoles Ensalada (80 gramos) Arepa Bebida</p>
<p>Arepa tela Mantequilla Porción de quesito Mortadela o Jamón Milo, chocolisto, chocolate en leche, café en leche</p>	<p>Posta en salsa negra Arroz con pimentón Puré de papa gratinado Ensalada de verdura agridulce Bebida</p>	<p>Lasagna de pollo o carne o mixta Pan leche Torta Bebida</p>
<p>Café, Cocoa, Chocolate en leche Huevo y carne desmechada Arepa Tela Galletas Bebida</p>	<p>TÍPICO I: Chicharrón Carne molida Chorizo Tajada de maduro Arroz blanco Frijoles Bebida</p>	<p>Filete de pollo a la plancha Ensalada Arroz Sopa de tortilla Bebida</p>

