





**Hospital de Salud Mental
"Dr. Miguel Vallebuena"**



**CONSUMO PROMEDIO DE ALIMENTACIÓN
MENSUAL**

TIPO	CANTIDAD MENSUAL	
	Min	Max
Desayunos	2053	5132
Comidas	2204	5512
Cenas	2005	5012
Colación	655	1635


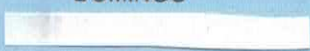
MENU 1
PERSONAL EN JORNADA ACUMULADA NOCTURNO


SABADO 	SINCRONIZADAS 1 PZA DE FRUTA JUGO DE 200 MLS
DOMINGO 	SINCRONIZADAS 1 PZA DE FRUTA JUGO DE 200 MLS



MENU 1

FIN DE SEMANA PARA EL PERSONAL

SABADO 	Coliflor capeada en salsa de tomate Espagueti a la mantequilla Tortilla de maíz Agua de Jamaica
DOMINGO 	Chile en salsa de tomate Arroz blanco Habas caldosas Tortilla de maíz Agua de melón Postre: mandarina



MENU PARA MEDICOS Y PERSONAL

MENU 1

TURNO NOCTURNO

B A LUNES Y MARTES	HOTDOGS 1 PZA DE FRUTA 1 PZA DE JUGO DE 200 ML
B A MIERCOLES Y JUEVES	BURRITO DE PAPAS A LA MEXICANA 1 PZA DE FRUTA JUGO DE 200 MILS
B VIERNES	SÁNDWICH 1 PZA DE FRUTA 1 PZA DE JUGO DE 200 ML

MENU PARA USUARIOS JORNADA ACUMULADA

HORARIO	8:30- 9:00 HRS	12:00 HRS	13:30-14:00 HRS	17:00 HRS	19:00-19:30 HRS	22:00 HRS
MENÚ 1	DESAYUNO	COLACIÓN	COMIDA	COLACIÓN	CENA	COLACIÓN
SABADO	Hot-Cakes Blancos 160 grs de Yogurt de Sabor *Yogurt natural 2 eq de plátano Agua de Naranja 1pza de Yakult	160 grs de Melón picada	Ensalada de pollo (papa, zanahoria y chicharo) Arroz amarillo Galleta salada Agua de piña	1 eq. de duraznos en almíbar 2 Bolsas de duros de Harina 1 Bolsa de Palomitas 1 Bote de 5ltos de Salsa Valentina	1 ½ pzas de Torta de jamón c/queso amarillo, lechuga y tomate 1 eq de manzana Rompope frio	1 eq. guayaba
DOMINGO	Huevo c/lejotes Frijoles Refritos Tortilla de maíz Café c/leche	1 equivalente de pepino	Albóndigas de soya y calabacitas Espagueti en rojo Tortilla de maíz Agua de tamarindo	1 eq. de yogurt de sabor *Yogurt natural 1Reja de Fruta de Temporada	Sándwich de queso y jamón 2 eq de gelatina de sabor *gelatina light 1eq de manzana Malteada de chocolate	1 eq. de sandia

USUARIO CON INDICACIÓN DE AB, LIQ AGREGA UN VASO DE INFUSIÓN DE MANZANILLA EN CADA TIEMPO DE COMIDA.

RECUERDA QUE LA PRESENTACION PARA USUARIOS DESDENTADOS, VA TRITURADA (VILLA 3 Y VILLA 2)

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL:

- Por Día → 1,920Kcal
- Por Tiempo de Comida Fuerte: 580 Kcal
- Por Colación: 60Kcal
- Hidratos de Carbono 288gr
- Proteínas 72gr
- Lípidos 53gr
- Fibra: 25 grs

MENU PARA USUARIOS
JORNADA ACUMULADA

[Handwritten signature]

MENU 1 PAPILLAS

Año

HORARIO	8:30-9:00 am	12:00 hrs	13:30 – 14:00 hrs	17:00 hrs	19:00-19:30 hrs	22:00 hrs
MENU 1	DESAYUNO	COLACION	COMIDA	COLACION	CENA	COLACION
LUNES	Papilla de: ✓ Vegetales ✓ Fruta rezagada ✓ 160 grs de Yogurt de Sabor Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Pollo a la mostaza ✓ Arroz Blanco ✓ chicharos y zanahoria bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Cereal Tipo ✓ Chocochispis con y sin azúcar con Leche, Plátano Bebida del día	1 eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural
MARTES	Papilla de: ✓ Huevo ✓ Ejotes Cocidos ✓ Frijoles de olla ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Chicharo ✓ Arroz en Rojo ✓ 160 grs de Gelatina Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Lentejas ✓ Fruta de temporada Bebida del día	3 eq de Gelatina **Gelatina light
MIERCOLES	Papilla de: ✓ Puré de papa ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Carne molida en Salsa de tomate ✓ Calabacita y zanahoria ✓ Arroz Blanco Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Arroz con leche ✓ 160 g de plátano ✓ c/yogurt natural Bebida del día	1 eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural
JUEVES	Papilla de: ✓ Huevo c/Tortilla ✓ Frijoles de la olla ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Fideo ✓ Calabacita ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Papaya ✓ Avena tipo cereal Bebida del día	3 eq de Gelatina **Gelatina light
VIERNES	Papilla de: ✓ Crema de calabacita ✓ Fruta de temporada ✓ 160 grs de Yogurt de Sabor Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Pescado ✓ Arroz Rojo Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Cereal Tipo fruit loops con Leche y Plátano ✓ Yogurt de sabor Bebida del día	1 eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural

NOTA:

- Usar líquidos suficientes para evitar que la papilla quede seca o grumosa.
- Verificar que las papillas estén cremosas.
- Conservar la temperatura de los alimentos.
- Donde se indiquen más de una papilla → servir las en los platitos para postre.

MENU 1 PAPILLAS

Año

HORARIO	8:30-9:00 am	12:00 hrs	13:30 – 14:00 hrs	17:00 hrs	19:00-19:30 hrs	22:00 hrs
MENU 1	DESAYUNO	COLACION	COMIDA	COLACION	CENA	COLACION
LUNES	Papilla de: ✓ Vegetales ✓ Fruta rezagada ✓ 160 grs de Yogurt de Sabor Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Pollo a la mostaza ✓ Arroz Blanco ✓ chicharos y zanahoria bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Cereal Tipo ✓ Chocochrispis con y sin azúcar con Leche. Plátano Bebida del día	1 eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural
MARTES	Papilla de: ✓ Huevo ✓ Ejotes Cocidos ✓ Frijoles de olla ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Chicharo ✓ Arroz en Rojo ✓ 160 grs de Gelatina Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Lentejas ✓ Fruta de temporada Bebida del día	3 eq de Gelatina **Gelatina light
MIERCOLES	Papilla de: ✓ Puré de papa ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Carne molida en Salsa de tomate ✓ Calabacita y zanahoria ✓ Arroz Blanco Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Arroz con leche ✓ 160 g de plátano ✓ c/yogurt natural Bebida del día	1 eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural
JUEVES	Papilla de: ✓ Huevo c/Tortilla ✓ Frijoles de la olla ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Fideo ✓ Calabacita ✓ Fruta de temporada Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Papaya ✓ Avena tipo cereal Bebida del día	3 eq de Gelatina **Gelatina light
VIERNES	Papilla de: ✓ Crema de calabacita ✓ Fruta de temporada ✓ 160 grs de Yogurt de Sabor Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Pescado ✓ Arroz Rojo Bebida del día	Papilla de fruta del día	Papilla de: ✓ Cereal Tipo fruit ✓ loops con Leche y Plátano ✓ Yogurt de sabor Bebida del día	1 eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural

NOTA:

- Usar líquidos suficientes para evitar que la papilla quede seca o grumosa.
- Verificar que las papillas estén cremosas.
- Conservar la temperatura de los alimentos.
- Donde se indiquen más de una papilla → servirlos en los platillos para postre.

MENU 1 BLANDAS

(Primavera - Verano)

Año

HORARIO	8:30-9:00 am	12:00 hrs	13:30 – 14:00 hrs	17:00 hrs	19:00-19:30 hrs	22:00 hrs
MENU 1	DESAYUNO	COLACION	COMIDA	COLACION	CENA	COLACION
LUNES	Huevo con jamón Frijoles Refritos 160 grs de papaya Galletas marías Bebida del Día 1 pza de Yakult	1 eq de sandía	Pollo desmenuzado en salsa de cacahuete Espagueti rojo Tortilla de maíz Bebida del día	**Yogurt Natural Yogurt de sabor	Hojuelas de maíz con y sin azúcar con Leche, Plátano *Pan Dulce Bebida del día **Leche descremada	1 eq de guayaba cocida
MARTES	Hot cakes blancos 160 grs de yogurt 1 pza de plátano Agua de naranja 1 pza Yakult	1 eq de pera cocida	Entomatadas sin freír Arroz blanco Bebida del día	3 eq. de gelatina *gelatina light	Vegetales Cocidos (Brócoli, zanáhoría y calabacita) 160 grs de Yogurt de sabor/natural Bebida del día	1 eq De sandia
MIÉRCOLES	Calabacitas c/crema Alubias Caldosas Tortilla de Maíz Bebida del día 1 pza de Yakult	2 eq de platano c/crema	Came molida en Salsa de tomate (calabacita, zanáhoría) Arroz Blanco c/Elote Bebida del día	1 eq. de manzana cocida	Frijoles refritos 2 reb pan integral Canela tibia	1 eq mandarina
JUEVES	Huevo revuelto Frijoles Tortilla de maíz Bebida del día 1 pza de Yakult	1 eq de papaya picada	Papas caldosas Fideo c/calabacita Bebida del día	1eq de Melón Picado Fino	Arroz c/leche 1pza de plátano Bebida del día	3 eq de Gelatina
VIERNES	Frijoles de la olla c/tomate y cebolla 160 grs de Papaya Tortilla de Maíz Agua de guayaba 1 pza de Yakult	1 eq de puré de manzana	Albóndigas con vegetales (zanáhoría, calabacitas, col) Arroz rojo Tortilla de maíz Bebida del Día	1 eq de Guayaba cocida	Hot cakes 160 gr de yogurt con melón picado fino Malteada de chocolate	1eq de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL:

- Por Día → 1,920Kcal Por Tiempo de Comida Fuerte: 580 Kcal Por Colación: 60Kcal
- Hidratos de Carbono 288gr Proteínas 72gr Lípidos 53gr
- Fibra: 25 grs

MENU 1 NORMAL

(Primavera - Verano)

Año

HORARIO	8:30-9:00 am	12:00 hrs	13:30 – 14:00 hrs	17:00 hrs	19:00-19:30 hrs	22:00 hrs
MENU 1	DESAYUNO	COLACION	COMIDA	COLACION	CENA	COLACION
LUNES	Hot-Cakes Blancos 160 grs de Yogurt de Sabor *Yogurt Natural 2 eq de Plátano Agua de naranja 1 pza de yakult	Fruta Rezagada	Ensalada de pollo (papa, zanahoria y chícharo) Arroz amarillo Galleta salada Agua de piña	1 eq. de duraznos en almibar	1 ½ pzas de Torta de jamón c/queso amarillo, lechuga y tomate 1 eq de manzana Rompepepe frío	1 eq. guayaba
MARTES	Huevo c/ejotes Frijoles Refritos Tortilla de maíz Café c/leche	1 equivalente de pepino	Albóndigas de soya y calabacitas Espagueti en rojo Tortilla de maíz Agua de tamarindo	1 eq. de yogurt de sabor *Yogurt natural	Sándwich de queso y jamón 2 eq de gelatina de sabor *gelatina light 1 eq de manzana Malteada de chocolate	1 eq. de sandia
MIÉRCOLES	Entomatadas con queso Arroz blanco c/elote Té helado de limón 1 pza de yakult	2 eq de Plátano con crema	Discada (carne molida. Embutidos varios) Frijoles de la olla c/pico de gallo Tortilla de maíz Agua de Jamaica c/trozos de guayaba, sandia y melón	1 eq. de Guayaba	1 pza de Sincronizada c/jamón y aguacate 1 equivalente de galletas marías Malteada de fresa	1 eq. de pepino c/ sal, limón
JUEVES	Calabacitas a la mexicana Espagueti a la mantequilla Tortilla de maíz Agua de guayaba	1 eq. de Papaya 30 sándwich 30 jugos de 200 ml Paseo usuarios	Tacos dorados de frijoles y papa Ensalada Tradicional Fideo caldoso Agua de guayaba	1 eq. de melón	Cereal Tipo Chocochrispis con Leche, 1 eq de Plátano *Pan Dulce Infusión de Manzanilla	1 eq. de Gelatina
VIERNES	2 pzas Burritos de chicharon en salsa de tomate Coctel de fruta (manzana, plátano y papaya) Agua de Fresa 1 pza de yakult	1 eq. de manzana	Caldo de marlin Arroz rojo c/zanahoria Tortilla de maíz Agua de Sandia	1 eq. de manzana	Arroz c/leche 1 pza de Pan Dulce Infusión de Canela 1 eq de plátano	1 eq. de piña

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL:

- Por Día → 1,920Kcal Por Tiempo de Comida Fuerte: 580 Kcal Por Colación: 60Kcal
- Hidratos de Carbono 288gr Proteínas 72gr Lípidos 53gr
- Fibra: 25 grs

1 eq de plátano: ½ pza	1 eq de durazno en almibar: ½ pza	1 eq de galletas marías: 5 pzas
1 eq de pepino: 1 ½ taza	1 eq de yogurt de sabor: ¾ taza	1 eq de galletas populares: 3 pzas
1 eq de papaya, melón, sandia: 1 taza	1 eq de yogurt natural: 1 taza	1 eq de piña: ¾ taza
1 eq de manzana: 1 pza	1 eq de guayaba: 3 pzas	

R

MENU PARA USUARIOS JORNADA ACUMULADA

MENU BLANDAS AÑO

HORARIO	8:30- 9:00 HRS	12:00 HRS	13:30-14:00 HRS	17:00 HRS	19:00-19:30 HRS	22:00 HRS
MENÚ 1	DESAYUNO	COLACIÓN	COMIDA	COLACIÓN	CENA	COLACIÓN
SABADO	Huevo con jamón Frijoles Refritos 160 grs de papaya Galletas marías Bebida del Día 1 pza de Yakult	1 eq de sandia	Pollo desmenuzado en salsa de cacahuete Espagueti rojo Tortilla de maíz Bebida del día	**Yogurt Natural Yogurt de sabor	Hojuelas de maíz con y sin azúcar con Leche, Plátano *Pan Dulce Bebida del día **Leche descremada	1 eq de guayaba cocida
DOMINGO	Hot cakes blancos 160 grs de yogurt 1 pza de plátano Agua de naranja 1 pza Yakult	1 eq de pera cocida	Entomatadas sin freír Arroz blanco Bebida del día	3 eq. de gelatina *gelatina light	Vegetales Cocidos (Brócoli, zanahoria y calabacita) 160 grs de Yogurt de sabor/natural Bebida del día	1 eq De sandia

USUARIO CON INDICACIÓN DE AB. LIQ AGREGA UN VASO DE INFUSIÓN DE MANZANILLA EN CADA TIEMPO DE COMIDA.

RECUERDA QUE LA PRESENTACION PARA USUARIOS DESDENTADOS, VA TRITURADA (VILLA 3 Y VILLA 2)

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL:

- Por Día → 1,920Kcal
- Por Tiempo de Comida Fuerte: 580 Kcal
- Por Colación: 60Kcal
- Hidratos de Carbono 288gr
- Proteínas 72gr
- Lípidos 53gr
- Fibra: 25 grs