

Son el corazón dinámico y multifacético del Distrito. Integradas por espacios históricos, zonas modernas, parques emblemáticos y barrios con profunda identidad, reflejan el crecimiento y transformación de la ciudad.



PATRIMONIO ALIMENTARIO Y GASTRONÓMICO

SAL

- Caldo de patas
- Caldo de bolas de maíz
- Empanadas de arroz
- Muchines de zanahoria
- Tortillas de tiesto
- Guiso de patas de res
- Camote con sarza
- Locro de mote
- Gallina frita
- Ají de maní
- Ají de pepas de sambo
- Polla ronca
- Fanesca
- Carihucho



1. **Caldo de patas**
2. **Quimbolito**
3. **Pristiños**

- #### 4. Cariucho

DULCE

- Chicha de jora
- Champús
- Canelazo
- Colada morada y guaguas de pan
- Rosero
- Ponche
- Jucho
- Arroz de cebada de leche
- Buñuelos de Navidad
- Humitas
- Quimbolitos
- Tamales
- Pristiños
- Emborrajados
- Chapo
- Máchica traposa
- Quesadillas
- Moncaibas
- Aplanchados
- Melvas
- Chimborazos
- Helado casero
- Espumilla
- Dulce de guayaba
- Dulce de higos
- Caca de perro
- Habas enconfitadas
- Maní de dulce
- Colaciones
- Mistelas
- Turrón

LEYENDAS

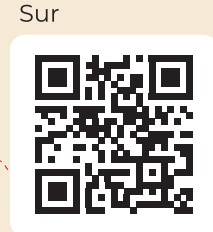
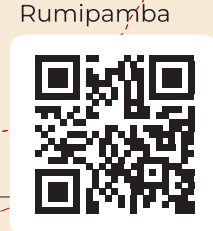
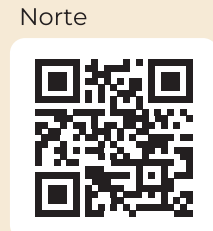
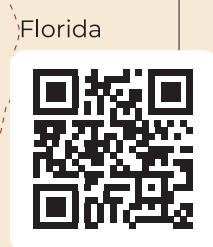
- Padre Almeida
- Cantuña
- La Calavera de San Roque
- La Casa 1028
- La caja ronca
- El duende
- El gallinazo de San Francisco
- La capilla del robo

JUEGOS TRADICIONALES

- Carrera de coches de madera
- Macateta
- Cocos
- Ensacados
- Rayuela
- Rondas
- Pescar
- Billusos
- El burro de San Andrés
- Las planchas
- El Florón
- San Benito
- Pájara pinta



Quito
Alcaldía Metropolitana



SÍMBOLOGÍA

- Límite de las parroquias
- Área histórica ● Plazas
- Parques ● Iglesias
- Estación del Metro ● Estación del Trolebús

Lugares para visitar

- 1 Cima de la Libertad.
- 2 Cascada de La Chorrera.
- 3 Monasterio de las Agustinas de San Juan.
- 4 **Basílica del Voto Nacional:**
Parque García Moreno, monumento a
Gabriel García Moreno y Palacio Landázuri.
- 5 **Centro de Arte Contemporáneo:**
Parque República de Haití y
monumento a Jean-Jacques Dessalines.
- 6 **Parque Itchimbia:**
Palacio de Cristal y Quinta Piedrahita.
- 7 **Parque La Alameda:**
Observatorio Astronómico de Quito, monumento a
Simón Bolívar, Churo, Banco Central del Ecuador
y Teatro Capitol.
- 8 Biblioteca Nacional y Museo de Medicina.
- 9 **Parque El Ejido:**
Puerta de La Cirsiana, escultura Lucha
Eterna, monumento a la Hoguera Bárbara,
monumento a José María Velasco Ibarra, Bulevar
de los Poetas, Casa de la Cultura Ecuatoriana
(Museo Nacional del Ecuador).
- 10 **Complejo urbano de Guápulo:**
Plaza de Guápulo, monumento a Francisco de
Orellana, Santuario de Guápulo, Quinta Santa Rosa
(residencia del Embajador de España).
- 11 Mercado Artesanal La Mariscal.
- 12 **Paseo urbano castillos de La Mariscal:**
Castillo Silva del Poza, Casa del Patio Parado,
Castillo Bávaro, Casa de las 7 Terrazas, Castillo
Art-Deco, Palacete Alhambra (Academia Nacional
de Historia).
- 13 **Paseo urbano calle Juan Rodríguez:**
Casas neorencentistas bávaras, árboles
patrimoniales de plátan, Museo de Arte Naif
Latinoamericano, Galería de las Artes Kingman,
Galería Punto Rojo.
- 14 Parque Arqueológico y Ecológico Rumipamba.
- 15 Capilla del Hombre.
- 16 Centro Cultural Benjamín Carrión, Bellavista.
- 17 Parque La Carolina y memoria
de la paleolaguna de Iñaquito.
- 18 Museo de sitio La Florida.
- 19 **Complejo urbano de Cotacollao:**
Plaza 22 de Agosto, pileta patrimonial, Iglesia
San Juan Bautista, casas patrimoniales alrededor
de la plaza.
- 20 Museo y biblioteca Aurelio Espinosa Pólit.
- 21 **Complejo urbano de Chimbacalle:**
Estación del ferrocarril, molino de cilindros Royal,
antigua fábrica de tejidos La Industrial (Museo
Interactivo de Ciencias), antigua fábrica Lanfor
(Conquito).
- 22 **Complejo urbano La Magdalena:**
Parque La Magdalena, iglesia matriz Jesús del Gran
Poder, casas patrimoniales alrededor del parque.
- 23 Concha acústica de La Villafloa.
- 24 Fiesta del Amarre de las Cruces.
- 25 **Complejo urbano Chillogallo:**
Parque de Chillogallo, monumento a Antonio José
de Sucre, Casa Hacienda Chillogallo (Centro Cívico
Cultural Mariscal Sucre), casas patrimoniales
alrededor del parque.
- 26 Qhapaq-Nán (Parque Metropolitano del Sur)

Fuente: Sistema de Información del Patrimonio Cultural del Ecuador (Sipce)