Grupo de edad:14 A 17 AÑOS

Grupo de alimentos	MINUTA IMPLEMENTADA POR LA EAS						Total de Intercambios establecidos en la minuta patrón ICBF del grupo de edad	Diferencia obtenida en la validación
	Nombre del alimento incluido en la minuta actual	Cantidad diaria suministrada del alimento (g) 1	Tamaño del Intercambio (g) según GABAS 2	Intercambios				
				Ración preparada RP	Ración para preparar RPP	Total de intercambios suministrados		
I. Cereales, Raíces, Tubérculos y Plátanos								
Cereales	PONQUE	105	30		3,5	3,5	3,5	0
	PAN BLANCO	77	22		3,5	3,5	3,5	0
	CUCA	66,5	19		3,5	3,5	3,5	0
	PAN DE YUCA	70	20		3,5	3,5	3,5	0
	PALITOS DE QUESO	70	20		3,5	3,5	3,5	0
	GALLETAS INTEGRALES	70	20		3,5	3,5	3,5	0
	PAN DE QUESO	98	28		3,5	3,5	3,5	0
	HOJUELAS DE MAIZ AZUCARADA	77	22		3,5	3,5	3,5	0
II. Frutas y verduras								
Frutas y verduras	MANGO	280	112		2,5	2,5	2,5	0
	GRANADILLA	272,5	109		2,5	2,5	2,5	0
	NARANJA	367,5	147		2,5	2,5	2,5	0
	PERA	332,5	133		2,5	2,5	2,5	0
	BANANO	162,5	65		2,5	2,5	2,5	0
	MAMDARINA	262,5	105		2,5	2,5	2,5	0
	MANZANA	280	112		2,5	2,5	2,5	0
	GUAYABA	250	100		2,5	2,5	2,5	0
III. Leche y derivados lácteos								
Leche y productos lácteos	Leche entera, Yogur	200	175		1,142857143	1,142857143	1	0,142857143
IV. Carnes, huevos, Leguminosas, frutos secos y semillas								
Frutos secos	ALMENDRA	27	9		3	3	3	0
	MANI	30	10		3	3	3	0
	MARAÑON	30	10		3	3	3	0
V. Grasas								
Poliinsaturada								
Monoinsaturada								
VI. Azúcares								
Azucares								

Notas:

Grupo de edad:18 AÑOS

Grupo de alimentos	MINUTA IMPLEMENTADA POR LA EAS						Total de Intercambios establecidos en la minuta patrón ICBF del grupo de edad	Diferencia obtenida en la validación
	Nombre del alimento incluido en la minuta actual	Cantidad diaria suministrada del alimento (g) 1	Tamaño del Intercambio (g) según GABAS 2	Intercambios				
				Ración preparada RP	Ración para preparar RPP	Total de intercambios suministrados		
I. Cereales, Raíces, Tubérculos y Plátanos								
Cereales	PONQUE	105	30		3,5	3,5	3,5	0
	CUCA	66,5	19		3,5	3,5	3,5	0
	PAN DE YUCA	70	20		3,5	3,5	3,5	0
	PALITOS DE QUESO	70	20		3,5	3,5	3,5	0
	GALLETAS INTEGRALES	70	20		3,5	3,5	3,5	0
	PAN DE QUESO	98	28		3,5	3,5	3,5	0
	HOJUELAS DE MAIZ AZUCARADA	77	22		3,5	3,5	3,5	0
Frutas y verduras	MANGO	280	112		2,5	2,5	2,5	0
	GRANADILLA	272,5	109		2,5	2,5	2,5	0
	NARANJA	367,5	147		2,5	2,5	2,5	0
	PERA	332,5	133		2,5	2,5	2,5	0
	BANANO	162,5	65		2,5	2,5	2,5	0
	MAMDARINA	262,5	105		2,5	2,5	2,5	0
	MANZANA	280	112		2,5	2,5	2,5	0
	GUAYABA	250	100		2,5	2,5	2,5	0
III. Leche y derivados lácteos								
Leche y productos lácteos	Leche entera, Yogur	200	175		1,142857143	1,142857143	1	0,142857143
IV. Carnes, huevos, Leguminosas, frutos secos y semillas								
Frutos secos	ALMENDRA	27	9		3	3	3	0
	MANI	30	10		3	3	3	0
	MARAÑON	30	10		3	3	3	0
V. Grasas								
Poliinsaturada								
Monoinsaturada								
VI. Azúcares								
Azucares								

Notas: