Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	Lugar.	Monterrey
objetivo:	Realizar concertacion de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de ración le gustaría entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

- X A. Refrigerio reforzado
- B. Olla comunitaria
- C. Refrigerio preparado ensitio
- D. Racion Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- ___ Pan Blanco
- X Pan de queso horneado
- X Galleta dulce sin relleno
- X Croissant, de queso, horneado
- ___ Galletas de soda
- ___ Mojicon, horneado
- ___ Galletas dulces sin relleno
- ___ Mantecada horneada
- ___ Arepa
- ___ Tungo o envuelto
- ___ Pan de yuca
- ___ Tostada integral
- ___ Almojabana
- ___ Arepa delgada de maiz blanco trillado
- ___ Arepa redonda de maiz blanco trillado
- ___ Arroz blanco, cocido
- ___ Arroz integral, cocido
- ___ Avena en hojuelas
- ___ Cebada perlada cocida
- ___ Arroz sopero
- ___ Hojuelas de maíz
- ___ Crispetas - Maiz pira
- X Galletas integrales
- ___ Galletas con sabor a queso
- X Galletas sandwich de chocolate
- X Galletas tipo wafer
- X Cucas
- ___ Harina de arroz blanco
- ___ Pasta corta, cocida
- ___ Pan integral
- ___ Tostada integral
- ___ Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- ___ Ñame sin cáscara cocido
- ___ Yuca blanca cruda
- ___ Batata cocida sin cáscara
- ___ Cereal en aros
- ___ Papa común cocida
- ___ Papa criolla cocida
- ___ Harina de plátano
- ___ Plátano verde sin cáscara
- ___ Plátano coli o guineo crudo
- ___ Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- ___ Cuchuco de cebada
- ___ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- X Banano común
- ___ Borojó
- ___ Chirimoya
- ___ Chontaduro
- ___ Ciruela comú
- ___ Curuba
- ___ Feijoa
- ___ Fresas
- X Granadilla
- ___ Guanábana
- ___ Guayaba comun
- ___ Higo
- ___ Kiwi
- ___ Arveja verde
- ___ Ahuyama
- ___ Cebolla cabezona
- X Mandarina
- X Mango
- X Manzana
- X Maracuyá
- ___ Melón
- ___ Moras
- ___ Naranja
- ___ Papaya
- X Pera
- ___ Piña
- ___ Tomate de árbol
- ___ Zapote
- ___ Lulo jugo
- ___ Pimenton
- ___ Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- X Leche
- X Yogurt
- ___ Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- ___ Atún enlatado en aceite*
- ___ Atún enlatado en agua*
- ___ Carne de res
- ___ Carne de cerdo
- ___ Carne de ternera
- ___ Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- ___ Filete de trucha
- ___ Huevo de gallina crudo*
- ___ Frijol blanco, crudo**
- ___ Frijol bola roja, crudo**
- ___ Frijol cargamanto rosado, crudo**
- ___ Frijol radical, crudo**
- ___ Garbanzo, crudo**
- ___ Lenteja común, cruda**
- ___ Arveja verde seca**
- ___ Arveja amarilla seca**
- X Almendras
- ___ Marañon tostado sin sal
- X Mani tostado
- ___ Sacha inchi
- ___ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- X Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 A 13 AÑOS	Lugar:	MONTERREY
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecucion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patron establecida en el manual operativo de la modalidad		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

A. Refrigerio reforzado
B. Olla comunitaria
C. Refrigerio preparado ensitio
D. Ración Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias. marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- [x] Pan Blanco
- [x] Pan de queso horneado
- [x] Galleta dulce sin relleno
- [x] Croissant, de queso, horneado
- [x] Galletas de soda
- [x] Mojicón, horneado.
- [x] Galletas dulces sin relleno
- [x] Mantecada horneada
- [ ] Arepa
- [ ] Tungo o envuelto
- [ ] Pan de yuca
- [ ] Tostada integral
- [ ] Almojábana
- [ ] Arepa delgada de maiz blanco trillado
- [ ] Arepa redonda de maiz blanco trillado
- [ ] Arroz blanco, cocido
- [ ] Arroz integral, cocido
- [ ] Avena en hojuelas
- [ ] Cebada perlada cocida
- [ ] Arroz sopero
- [ ] Hojuelas de maiz
- [x] Crispetas - Maiz pira
- [x] Galletas integrales
- [x] Galletas con sabor a queso
- [x] Galletas sandwich de chocolate
- [x] Galletas tipo wafer
- [x] Cucas
- [ ] Harina de arroz blanco
- [ ] Pasta corta, cocida
- [ ] Pan integral
- [ ] Tostada integral
- [ ] Arracacha sin cascara cruda 96 1
- [ ] Ñame sin cascara cocido
- [ ] Yuca blanca cruda
- [ ] Batata cocida sin cáscara
- [ ] Cereal en aros
- [ ] Papa comun cocida
- [ ] Papa criolla cocida
- [ ] Harina de plátano
- [ ] Plátano verde sin cáscara
- [ ] Platano coli o guineo crudo
- [ ] Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
- [ ] Cuchuco de cebada
- [ ] Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- [x] Banano comun
- [ ] Borojo
- [ ] Chirimoya
- [ ] Chontaduro
- [ ] Ciruela comú
- [ ] Curuba
- [ ] Feijoa
- [x] Fresas
- [ ] Granadilla
- [ ] Guanábana
- [ ] Guayaba comun
- [ ] Higo
- [x] Kiwi
- [ ] Arveja verde
- [ ] Ahuyama
- [ ] Cebolla cabezona
- [x] Mandarina
- [x] Mango
- [x] Manzana
- [ ] Maracuya
- [x] Melón
- [ ] Moras
- [x] Naranja
- [x] Papaya
- [x] Pera
- [ ] Piña
- [ ] Tomate de árbol
- [ ] Zapote
- [ ] Lulo jugo
- [ ] Pimenton
- [ ] Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- [x] Leche
- [x] Yogurt
- [x] Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- [ ] Atun enlatado en aceite*
- [ ] Atun enlatado en agua*
- [ ] Carne de res
- [ ] Carne de cerdo
- [ ] Carne de ternera
- [ ] Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- [ ] Filete de trucha
- [ ] Huevo de gallina crudo*
- [ ] Frijol blanco, crudo**
- [ ] Frijol bola roja, crudo**
- [ ] Frijol cargamanto rosado, crudo**
- [ ] Frijol radical, crudo**
- [ ] Garbanzo, crudo**
- [ ] Lenteja comun, cruda**
- [ ] Arveja verde seca**
- [x] Arveja amarilla seca**
- [ ] Almendras
- [ ] Marañon tostado sin sal
- [x] Mani tostado
- [ ] Sacha Inchi
- [ ] Frijol cargamanto rojo, crudo**
- [x] Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años Lugar: Monterrey
objetivo:	Realizar concertacion de los alimentos que conformaran el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

- X A. Refrigerio reforzado
- B. Olla comunitaria
- C. Refrigerio preparado ensitio
- D. Ración Para Preparar en casa

2 Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos.

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- X Pan Blanco
- X Pan de queso horneado
- _____ Galleta dulce sin relleno
- X Croissant, de queso, horneado
- X Galletas de soda
- X Mojicon, horneado
- X Galletas dulces sin relleno
- X Mantecada horneada
- _____ Arepa
- _____ Tungo o envuelto
- _____ Pan de yuca
- _____ Tostada integral
- _____ Almojabana
- _____ Arepa delgada de maiz blanco trillado
- _____ Arepa redonda de maiz blanco trillado
- _____ Arroz blanco, cocido
- _____ Arroz integral, cocido
- _____ Avena en hojuelas
- _____ Cebada perlada cocida
- _____ Arroz sopero
- _____ Hojuelas de maiz
- _____ Crispetas - Maiz pira
- X Galletas integrales
- X Galletas con sabor a queso
- X Galletas sandwich de chocolate
- X Galletas tipo wafer
- X Cucas
- _____ Harina de arroz blanco
- _____ Pasta corta, cocida
- _____ Pan integral
- _____ Tostada integral
- _____ Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- _____ Ñame sin cáscara cocido
- _____ Yuca blanca cruda
- _____ Batata cocida sin cáscara
- X Cereal en aros
- _____ Papa comun cocida
- _____ Papa criolla cocida
- _____ Harina de platano
- _____ Plátano verde sin cáscara
- _____ Platano colí o guineo crudo
- _____ Platano harton maduro sin cascara cocido
- _____ Cuchuco de cebada
- _____ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- X Banano comun
- _____ Borojo
- _____ Chirimoya
- _____ Chontaduro
- _____ Ciruela comú
- _____ Curuba
- _____ Feijoa
- X Fresas
- _____ Granadilla
- _____ Guanábana
- _____ Guayaba comun
- _____ Higo
- X Kiwi
- _____ Arveja verde
- _____ Ahuyama
- _____ Cebolla cabezona
- X Mandarina
- _____ Mango
- X Manzana
- _____ Maracuyá
- _____ Melón
- _____ Moras
- X Naranja
- _____ Papaya
- X Pera
- _____ Piña
- _____ Tomate de arbol
- _____ Zapote
- _____ Lulo jugo
- _____ Pimenton
- X Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- _____ Leche
- _____ Yogurt
- _____ Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- _____ Atun enlatado en aceite*
- _____ Atun enlatado en agua*
- _____ Carne de res
- _____ Carne de cerdo
- _____ Carne de ternera
- _____ Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- _____ Filete de trucha
- _____ Huevo de gallina crudo*
- _____ Frijol blanco, crudo**
- _____ Frijol bola roja, crudo**
- _____ Frijol cargamanto rosado, crudo**
- _____ Frijol radical, crudo**
- _____ Garbanzo, crudo**
- _____ Lenteja comun, cruda**
- _____ Arveja verde seca**
- _____ Arveja amarilla seca**
- X Almendras
- _____ Marañon tostado sin sal
- X Mani tostado
- _____ Sacha Inchi
- _____ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- X Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	**Lugar:**	Monterrey
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

- X A. Refrigerio reforzado
- B. Olla comunitaria
- C. Refrigerio preparado ensitio
- D. Racion Para Preparar en casa

2 Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- X Pan Blanco
- X Pan de queso horneado
- X Galleta dulce sin relleno
- X Croissant, de queso, horneado
- X Galletas de soda
- X Mojicon, horneado
- _____ Galletas dulces sin relleno
- _____ Mantecada horneada
- _____ Arepa
- _____ Tungo o envuelto
- X Pan de yuca
- _____ Tostada integral
- X Almojabana
- _____ Arepa delgada de maiz blanco trillado
- _____ Arepa redonda de maiz blanco trillado
- _____ Arroz blanco, cocido
- _____ Arroz integral, cocido
- _____ Avena en hojuelas
- _____ Cebada perlada cocida
- _____ Arroz sopero
- _____ Hojuelas de maiz
- _____ Crispetas - Maiz pira
- X Galletas integrales
- X Galletas con sabor a queso
- X Galletas sandwich de chocolate
- X Galletas tipo wafer
- X Cucas
- _____ Harina de arroz blanco
- _____ Pasta corta, cocida
- _____ Pan integral
- _____ Tostada integral
- _____ Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- _____ Ñame sin cáscara cocido
- _____ Yuca blanca cruda
- _____ Batata cocida sin cáscara
- _____ Cereal en aros
- _____ Papa comun cocida
- _____ Papa criolla cocida
- _____ Harina de plátano
- _____ Plátano verde sin cáscara
- _____ Plátano coli o guineo crudo
- _____ Plátano harton maduro sin cáscara cocido
- _____ Cuchuco de cebada
- _____ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- _____ Banano comun
- _____ Borojo
- _____ Chirimoya
- _____ Chontaduro
- _____ Ciruela comu
- _____ Curuba
- _____ Feijoa
- _____ Fresas
- _____ Granadilla
- _____ Guanabana
- _____ Guayaba comun
- _____ Higo
- X Kiwi
- _____ Arveja verde
- _____ Ahuyama
- _____ Cebolla cabezona
- X Mandarina
- X Mango
- X Manzana
- _____ Maracuya
- _____ Melon
- _____ Moras
- X Naranja
- _____ Papaya
- X Pera
- _____ Piña
- _____ Tomate de árbol
- _____ Zapote
- _____ Lulo jugo
- _____ Pimenton
- X Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- X Leche
- X Yogurt
- X Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- _____ Atun enlatado en aceite*
- _____ Atun enlatado en agua*
- _____ Carne de res
- _____ Carne de cerdo
- _____ Carne de ternera
- _____ Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- _____ Filete de trucha
- _____ Huevo de gallina crudo*
- _____ Frijol blanco, crudo**
- _____ Frijol bola roja, crudo**
- _____ Frijol cargamanto rosado, crudo**
- _____ Frijol radical, crudo**
- _____ Garbanzo, crudo**
- _____ Lenteja comun, cruda**
- _____ Arveja verde seca**
- _____ Arveja amarilla seca**
- X Almendras
- _____ Marañon tostado sin sal
- X Mani tostado
- _____ Sacha Inchi
- _____ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- X Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No.	10 a 13 años	Lugar:	Monterrey
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformaran el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad		

1. ¿Cual de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

- [x] A. Refrigerio reforzado
- [ ] B. Olla comunitaria
- [ ] C. Refrigerio preparado ensitio
- [ ] D. Ración Para Preparar en casa

2 Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

- [x] Pan Blanco
- [x] Pan de queso horneado
- [x] Galleta dulce sin relleno
- [x] Croissant, de queso, horneado
- [x] Galletas de soda
- [ ] Mojicon, horneado
- [x] Galletas dulces sin relleno
- [ ] Mantecada horneada
- [ ] Arepa
- [ ] Tungo o envuelto
- [ ] Pan de yuca
- [ ] Tostada integral
- [ ] Almojabana
- [ ] Arepa delgada de maiz blanco trillado
- [ ] Arepa redonda de maiz blanco trillado
- [ ] Arroz blanco, cocido
- [ ] Arroz integral, cocido
- [ ] Avena en hojuelas
- [ ] Cebada perlada cocida
- [ ] Arroz sopero
- [ ] Hojuelas de maiz
- [ ] Crispetas - Maiz pira
- [x] Galletas integrales
- [x] Galletas con sabor a queso
- [x] Galletas sandwich de chocolate
- [x] Galletas tipo wafer
- [x] Cucas
- [ ] Harina de arroz blanco
- [ ] Pasta corta, cocida
- [ ] Pan integral
- [ ] Tostada integral
- [ ] Arracacha sin cáscara cruda 96 1
- [ ] Ñame sin cáscara cocido
- [ ] Yuca blanca cruda
- [ ] Batata cocida sin cáscara
- [ ] Cereal en aros
- [ ] Papa común cocida
- [ ] Papa criolla cocida
- [ ] Harina de plátano
- [ ] Plátano verde sin cáscara
- [ ] Platano coli o guineo crudo
- [ ] Plátano hartón maduro sin cascara cocido
- [ ] Cuchuco de cebada
- [ ] Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

- [x] Banano común
- [ ] Borojo
- [ ] Chirimoya
- [ ] Chontaduro
- [ ] Ciruela comu
- [ ] Curuba
- [ ] Feijoa
- [ ] Fresas
- [ ] Granadilla
- [ ] Guanabana
- [ ] Guayaba común
- [ ] Higo
- [x] Kiwi
- [ ] Arveja verde
- [ ] Ahuyama
- [ ] Cebolla cabezona
- [x] Mandarina
- [x] Mango
- [x] Manzana
- [x] Maracuya
- [x] Melón
- [ ] Moras
- [x] Naranja
- [ ] Papaya
- [ ] Pera
- [ ] Piña
- [ ] Tomate de arbol
- [ ] Zapote
- [ ] Lulo jugo
- [ ] Pimentón
- [ ] Durazno

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- [ ] Leche
- [x] Yogurt
- [x] Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

- [ ] Atun enlatado en aceite*
- [ ] Atun enlatado en agua*
- [ ] Carne de res
- [ ] Carne de cerdo
- [ ] Carne de ternera
- [ ] Pechuga de pollo sin hueso ni piel
- [ ] Filete de trucha
- [ ] Huevo de gallina crudo*
- [ ] Frijol blanco, crudo**
- [ ] Frijol bola roja, crudo**
- [ ] Frijol cargamanto rosado, crudo**
- [ ] Frijol radical, crudo**
- [ ] Garbanzo, crudo**
- [ ] Lenteja comun, cruda**
- [ ] Arveja verde seca**
- [ ] Arveja amarilla seca**
- [x] Almendras
- [ ] Marañon tostado sin sal
- [x] Mani tostado
- [x] Sacha Inchi
- [ ] Frijol cargamanto rojo, crudo**
- [x] Coco deshidratado

Powered by CamScanner

Herramienta para la cocertación del Refrigerio Reforzado
Modalidad "ATRAPASUEÑOS".
Contrato No 85001462024

Grupo No:	10 a 13 años	Lugar:	Monterrey
objetivo:	Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, teniendo en cuenta la minuta patrón establecida en el manual operativo de la modalidad.		

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de racion le gustaria entregara en la Implementacion de la Modadlidad ATRAPASUEÑOS?

A. Refrigerio reforzado
B. Olla comunitaria
C. Refrigerio preparado ensitio
D. Ración Para Preparar en casa

2 Con el fin de seleccionar los alimentos que conformarán el Refrigerio Reforzado en el marco de la implementacion de la Modalidad ATRAPASUEÑOS, se presenta a continuación los listado de alimentos por cada uno de los grupos

Teniendo en cuena los gustos, preferencias, marque con un (x) los alimentos que considera deben hacer parte del refrigerio reforzado para la entrega en los especios comunitarios

GRUPO 1. CEREALES, RAICES, TUBERCULOS Y PLATANOS

X	Pan Blanco	X	Galletas integrales
X	Pan de queso horneado	X	Galletas con sabor a queso
X	Galleta dulce sin relleno	X	Galletas sandwich de chocolate
X	Croissant, de queso, horneado	X	Galletas tipo wafer
X	Galletas de soda	X	Cucas
X	Mojicón, horneado		Harina de arroz blanco
	Galletas dulces sin relleno		Pasta corta, cocida
	Mantecada horneada		Pan integral
	Arepa		Tostada integral
	Tungo o envuelto		Arracacha sin cáscara cruda 96 1
	Pan de yuca		Ñame sin cáscara cocido
	Tostada integral		Yuca blanca cruda
	Almojabana		Batata cocida sin cascara
	Arepa delgada de maiz blanco trillado	X	Cereal en aros
	Arepa redonda de maiz blanco trillado		Papa comun cocida
	Arroz blanco, cocido		Papa criolla cocida
	Arroz integral, cocido		Harina de plátano
	Avena en hojuelas		Plátano verde sin cáscara
	Cebada perlada cocida		Plátano colí o guineo crudo
	Arroz sopero		Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
	Hojuelas de maiz		Cuchuco de cebada
	Crispetas - Maiz pira		Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

X	Banano comun	X	Mandarina
	Borojo	X	Mango
	Chirimoya	X	Manzana
	Chontaduro		Maracuya
	Ciruela comu	X	Melón
	Curuba		Moras
	Feijoa		Naranja
X	Fresas		Papaya
	Granadilla	X	Pera
	Guanabana		Piña
	Guayaba comun		Tomate de árbol
	Higo		Zapote
X	Kiwi		Lulo jugo
	Arveja verde		Pimentón
	Ahuyama	X	Durazno
	Cebolla cabezona		

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS

X	Leche
X	Yogurt
	Kumis

GRUPO 4. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS

	Atun enlatado en aceite*		Frijol radical, crudo**
	Atún enlatado en agua*		Garbanzo, crudo**
	Carne de res		Lenteja comun, cruda**
	Carne de cerdo		Arveja verde seca**
	Carne de ternera		Arveja amarilla seca**
	Pechuga de pollo sin hueso ni piel	X	Almendras
	Filete de trucha		Marañon tostado sin sal
	Huevo de gallina crudo*	+	Mani tostado
	Frijol blanco, crudo**		Sacha Inchi
	Frijol bola roja, crudo**		Frijol cargamanto rojo, crudo**
	Frijol cargamanto rosado, crudo**	+	Coco deshidratado

Powered by CamScanner