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

Grupo No:	10 - 13 AÑOS	Lugar:	VILLANUEVA CASANARE

objetivo: Realizar concertación de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución 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. Racion Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformaran 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	Galletas integrales
____	Pan de queso horneado	____	Galletas con sabor a queso
____	Galleta dulce sin relleno	____	Galletas sandwich de chocolate
____	Croissant de queso, horneado	X	Galletas tipo wafer
____	Galletas de soda	____	Cucas
____	Mojicon, 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
X	Almojabana	____	Batata cocida sin cáscara
____	Arepa delgada de maiz blanco trillado	____	Cereal en aros
____	Arepa redonda de maiz blanco trillado	____	Papa común 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

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

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

X Leche
X Yogurt
____ Kumis

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

X	Atún 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

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

Grupo No:	10-13 AÑOS	Lugar:	VILLANUEVA CASANARE

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. 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	Galletas integrales
____	Pan de queso horneado	____	Galletas con sabor a queso
____	Galleta dulce sin relleno	____	Galletas sandwich de chocolate
____	Croissant de queso horneado	____	Galletas tipo wafer
____	Galletas de soda	X	Cucas
____	Mojicon, 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 cáscara
____	Arepa delgada de maiz blanco trillado	____	Cereal en aros
____	Arepa redonda de maiz blanco trillado	____	Papa común 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
X	Hojuelas de maiz	____	Cuchuco de cebada
____	Crispetas - Maiz pira	____	Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

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

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

____	Leche
____	Yogurt
X	Kumis

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

X	Atun enlatado en aceite*	____	Frijol radical, crudo**
____	Atun enlatado en agua*	____	Garbanzo, crudo**
____	Carne de res	____	Lenteja común, 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**	X	Coco deshidratado

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

Grupo No	10-13 AÑOS	Lugar: Villanueva
objetivo	Realizar concertacion 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. ¿Cual 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. Racion Para Preparar en casa

2. Con el fin de seleccionar los alimentos que conformaran 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
- _____ Pan de queso horneado
- _____ Galleta dulce sin relleno
- _____ Croissant de queso horneado
- _____ Galletas de soda
- _____ Mojicon horneado
- _____ 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
- _____ Galletas con sabor a queso
- _____ Galletas sandwich de chocolate
- X Galletas tipo wafer
- _____ Cucas
- _____ Harina de arroz blanco
- _____ Pasta corta, cocida
- _____ Pan integral
- _____ Tostada integral
- _____ Arracacha sin cascara 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 hartón maduro sin cáscara cocido
- _____ Cuchuco de cebada
- _____ Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

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

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

- X 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**
- X Lenteja comun, cruda**
- _____ Arveja verde seca**
- _____ Arveja amarilla seca**
- _____ Almendras
- _____ Marañon tostado sin sal
- _____ Mani tostado
- _____ Sacha Inchi
- _____ Frijol cargamanto rojo, crudo**
- _____ Coco deshidratado

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

Grupo No	10- 13 AÑOS	Lugar:	VILLANUEVA CASANARE

objetivo: Realizar concertacion de los alimentos que conformarán el refrigerio reforzado para la ejecución 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

____	Pan Blanco	____	Galletas integrales
____	Pan de queso horneado	____	Galletas con sabor a queso
____	Galleta dulce sin relleno	____	Galletas sandwich de chocolate
____	Croissant, de queso, horneado.	____	Galletas tipo wafer
____	Galletas de soda	____	Cucas
____	Mojicon, 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
X	Almojabana	____	Batata cocida sin cáscara
____	Arepa delgada de maiz blanco trillado	____	Cereal en aros
____	Arepa redonda de maiz blanco trillado	____	Papa común 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	X	Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

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

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

____	Leche
X	Yogurt
____	Kumis

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

X	Atun enlatado en aceite*	____	Frijol radical, crudo**
____	Atun 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**	X	Coco deshidratado

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

Grupo No:	10-13 AÑOS	Lugar:	VILLANUEVA CASANARE
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. 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	____	Galletas integrales
____	Pan de queso horneado	X	Galletas con sabor a queso
____	Galleta dulce sin relleno	____	Galletas sandwich de chocolate
____	Croissant, de queso, horneado	____	Galletas tipo wafer
____	Galletas de soda	____	Cucas
____	Mojicon, 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
X	Almojabana	____	Batata cocida sin cáscara
____	Arepa delgada de maiz blanco trillado	X	Cereal en aros
____	Arepa redonda de maiz blanco trillado	____	Papa común cocida
____	Arroz blanco, cocido	____	Papa criolla cocida
____	Arroz integral, cocido	____	Harina de plátano
____	Avena en hojuelas	____	Plátano verde sin cáscara
____	Cebada perlada cocida	____	Plátano coli 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

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

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

X	Leche
____	Yogurt
____	Kumis

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

X	Atún enlatado en aceite*	____	Frijol radical, crudo**
____	Atun 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

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

Grupo No:	10-13 AÑOS	Lugar:	VILLANUEVA CASANARE
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. 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	Galletas integrales
____	Pan de queso horneado	____	Galletas con sabor a queso
____	Galleta dulce sin relleno	____	Galletas sandwich de chocolate
____	Croissant de queso, horneado	____	Galletas tipo wafer
____	Galletas de soda	X	Cucas
____	Mojicon, 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 cáscara
____	Arepa delgada de maiz blanco trillado	____	Cereal en aros
____	Arepa redonda de maiz blanco trillado	____	Papa común cocida
____	Arroz blanco, cocido	____	Papa criolla cocida
____	Arroz integral, cocido	____	Harina de plátano
____	Avena en hojuelas	____	Plátano verde sin cáscara
____	Cebada perlada cocida	____	Plátano coli o guineo crudo
____	Arroz sopero	____	Plátano hartón maduro sin cáscara cocido
X	Hojuelas de maiz	____	Cuchuco de cebada
____	Crispetas - Maiz pira	____	Pasta larga, cocida

GRUPO 2. FRUTAS Y VERDURAS

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

GRUPO 3. LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS

____	Leche
____	Yogurt
X	Kumis

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

X	Atun enlatado en aceite*	____	Frijol radical, crudo**
____	Atun enlatado en agua*	____	Garbanzo, crudo**
____	Carne de res	____	Lenteja común, 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**	X	Coco deshidratado