ACTA No. 031

FECHA: La Mesa, junio 19 de 2024
HORA: 2:00 pm
LUGAR: Comunidad de Cuidado La Mesa

TEMA: Capacitación Estandarización de medidas caseras

ASISTENTES: Nancy Sánchez Duarte - Nutricionista, María Del Pilar García - Coordinadora

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad
2. Introducción a la actividad
3. Actividades desarrolladas
4. Materiales
5. Compromisos
6. Anexos

DESARROLLO

1. Objetivo:

Dar cumplimiento a las porciones establecidas en la minuta patrón al momento de servir los alimentos con el fin de asegurar el aporte de nutrientes para las personas mayores de la Comunidad de Cuidado.

2. Introducción a la actividad:

Las medidas caseras hacen referencia básicamente al contenido de alimentos en utensilios comúnmente utilizados por el consumidor, la estandarización de estas medidas, facilita la cuantificación de consumo individual y colectivo sin recurrir a técnicas de mayor precisión.
Al utilizar las porciones en nuestro día a día se puede tener mejor control sobre la cantidad de alimentos que se está consumiendo y los nutrientes. De esta forma la alimentación podrá ser balanceada, evitando excesos o deficiencias nutricionales y asegura la porción establecida en la minuta patrón.

2. Actividades desarrolladas:

Teniendo en cuenta el lineamiento dado por la SDIS para el inicio del convenio 8138, se capacita al personal manipulador de alimentos en el tema de estandarización de medidas caseras; para esta primera capacitación se hará énfasis en las porciones establecidas de los diferentes grupos de alimentos para este este convenio con el fin de familiarizarse con éstas medidas.

Se procede a contestar el pre test y seguido a esto se va contestando cada una de las preguntas Se repasan los términos peso bruto, peso neto, peso servido, medida casera, estandarización de porciones, cuchara medidora, taza medidora, porciones, requerimientos de nutrientes.

Las operarias leen en voz alta las porciones establecidas en la minuta patrón analizando dichas porciones, se despejan dudas y se procede a contestar el pos test

4. Materiales: mesas, sillas, minuta patrón

5. Compromisos

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
Dar cumplimiento a lo estipulado en los instructivos y formatos de la SDIS	Manipuladoras de alimentos	Durante la duración del convenio

3. Materiales: NA

4. Compromisos

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de Vinculación	Dependencia	Firma
Nancy Sánchez Duarte	Nutricionista	Comunidad de Cuidado La Mesa	
María del Pilar Galvis	Coordinadora	Comunidad de Cuidado La Mesa	

Elaboró: Nancy Sánchez

6. ANEXOS – REGISTRO FOTOGRAFICO



COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA
CAPACITACION ESTANDARIZACION DE MEDIDAS CASERAS
PRE TEST

Nombre: Pilar Sanchez
Fecha: 19-06-2024

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 180 cm
   Bebida con leche para el desayuno: 210 c
   Producto de panadería del desayuno: 60

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: 130
   Huevo: 60
   Ensalada fresca 60
   Verdura cocida 60

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 210 cc 7 onz
   Sopas: 240 cc 8 onz

POS TEST

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 210 cc
   Bebida con leche para el desayuno: 210 cc
   Producto de panadería del desayuno: 60 gr

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: 1/2 taza
   Huevo: 1/4
   Ensalada fresca 1/4
   Verdura cocida 1/4

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 7 onz
   Sopas: 8 onz

COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA
CAPACITACION ESTANDARIZACION DE MEDIDAS CASERAS
PRE TEST

Nombre: Esperanza Pinto cañon
Fecha: 19-06-2024

2

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 180
   Bebida con leche para el desayuno: 210
   Producto de panadería del desayuno: 60

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: 1 1/4 de taza = 130
   Huevo: 60
   Ensalada fresca - 60
   Verdura cocida - 60

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 240 = cc. 7onzas
   Sopas: 240 = cc 8=onzas

POS TEST

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 210
   Bebida con leche para el desayuno: 210
   Producto de panadería del desayuno: 60.

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: media taza
   Huevo: 1/4 taza
   Ensalada fresca 1/4 taza
   Verdura cocida 1/4 taza

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 7 onzas
   Sopas: 8 onzas

COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA
CAPACITACION ESTANDARIZACION DE MEDIDAS CASERAS
PRE TEST

Nombre: Jessika Gonzalez
Fecha: 19-06-2024

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 210 cc
   Bebida con leche para el desayuno:
   Producto de panadería del desayuno:

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz:
   Huevo: 60
   Ensalada fresca 60
   Verdura cocida 60

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 210 cc 7 onz
   Sopas: 240 cc 8 onz

POS TEST

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 210 cc
   Bebida con leche para el desayuno: 210 cc
   Producto de panadería del desayuno: 60 gr

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: 1/2 taz
   Huevo: 1/1
   Ensalada fresca 1/1
   Verdura cocida 1/4

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 10 onz
   Sopas: 8 onz

COMUNIDAD DE CUIDADO LA MESA
CAPACITACION ESTANDARIZACION DE MEDIDAS CASERAS
PRE TEST

Nombre: Sandra Mendieta
Fecha: 19-06-2024

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 180cc
   Bebida con leche para el desayuno: 220cc
   Producto de panadería del desayuno: 60Hll

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: 130gra
   Huevo: 25gr = la 60gr.
   Ensalada fresca 60gr
   Verdura cocida 60 gr

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: Un vaso de 250 = 8 onzas
   Sopas: 240 = a 8 onzas

POS TEST

1. Teniendo en cuenta el inicio del nuevo convenio (8138) con la Secretaría Distrital de Integración Social coloque los cambios en las siguientes medidas:

   Bebida caliente: 210 cc
   Bebida con leche para el desayuno: 210 cc
   Producto de panadería del desayuno: 60 gr.

2. Por favor coloque con que tacita medidora se sirven los siguientes alimentos:
   Arroz: Media taza = cuchara Medidora
   Huevo: 1/4 de taza cuchara Medidora
   Ensalada fresca 1/4 de taza Medidora
   Verdura cocida 1/4 de taza Medidora

3. Cuál es la medida de los jugos y las sopas e indique su equivalencia en medida casera
   Jugos: 7 onzas
   Sopas: 8 onzas

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo 20230238B3 - 14/06/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: Estandarizacion de Medidas Caseras 2. Lugar: Comunidad de Ciudad b Mesa 3. Fecha y hora: 19-06-2024 — 2:00 pm

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Sandra Mendivelso	52734743	Comunidad de Ciudad	Manipuladora de Alimentos	N/A	sandramileg@hotmail.com	3106125217	Sandra M.
2	Jessika Gonzalez	1000350592	comunidad de ciudad	manipuladora Alimentos	N/A	Jessikaorte.com	3109742050	Jessika Gonzalez
3	Esperanza Pasito C.	52616561	Comunidad La Mesa	Manipuladora Alimentos	N/A	Esperanzapasito@gmail.com	3202655709	Esperanza
4	Pilar Sanchez	1014085864	Comunidad de ciudad	Manipuladora de alimentos		pili.pili.sanchez@gmail.com	3222092413	P. Sanchez
5	Juan Daniel correa cordoba	1077429115	comunidad de ciudad	T. gastronomia	N/A	danielcorreacordoba@hotmail.com	3175289587	Juan Daniel.
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.