LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**GOBERNACIÓN DEL META**
MUNICIPIO	
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS	QUESO DOBLE CREMA	30 G* 35 G**	QUESOS: QUESO DOBLE CREMA, QUESO CAMPESINO.
	QUESO CAMPESINO		
	DEDITO DE HARINA DE TRIGO CON QUESO CAMPESINO FRITO	60 G* 80 G**	HARINAS: HARINA DE MAIZ BLANCO TRILLADA, HARINA DE MAIZ AMARILLO TRILLADA, HARINA DE TRIGO FORTIFICADA.
	DEDITO DE HARINA DE TRIGO CON QUESO DOBLE CREMA FRITO		
	DEDITO DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO DOBLE CREMA FRITO		
	DEDITO DE HARINA DE MAIZ BLANCO CON QUESO CAMPESINO FRITO		
DERIVADOS DE CEREAL	PAN DE LECHE	50 G* 60 G**	PRODUCTOS DE PANADERÍA: PAN DE LECHE, MOJICÓN, MOGOLLA INTEGRAL, PAN BLANCO, MOGOLLA BLANCA, PAN DE QUESO, PAN HOJALDRE, PAN DE DULCE, PAN INTEGRAL.
	PAN INTEGRAL		
	PAN DE DULCE		
	PAN DE QUESO		
	MOJICÓN		
	MOGOLLA INTEGRAL		
	GALLETA CASERA	35 G* 50 G**	GALLETAS CASERAS: SABOR VAINILLA, CHOCOLATE, FRESA, NARANJA, AVENA, UVAS PASAS.
	MANTECADA	40 G* 50 G**	PRODUCTOS DE PANADERÍA: MANTECADA, PONQUÉ BLANCO SIN CUBIERTA.
	PONQUÉ BLANCO		
FRUTA	BANANO COMÚN	43 G* 86 G**	FRUTAS: BANANO COMÚN, NARANJA COMÚN, MANDARINA, MANGO TOMMY MADURO, MANGO DE AZUCAR, PERA, MANZANA ROJA, SANDÍA, PIÑA, PAPAYA, DURAZNO, MELÓN MADURO.
	PAPAYA	30 G* 60 G**	
	MANDARINA	43 G* 86 G**	
	NARANJA	50 G* 100 G**	
	PIÑA	30 G* 60 G**	
	MANGO MADURO	30 G* 60 G**	
	MANZANA ROJA	35 G* 71 G**	
	SANDÍA	75 G* 150 G**	

BEBIDA	JUGOS DE FRUTA EN AGUA TODAS LAS VARIEDADES	200 ML	FRUTAS: PIÑA, MORA, TOMATE DE ÁRBOL, LULO, GUAYABA, MARACUYÁ, PAPAYA, FRESAS, CURUBA, BANANO COMÚN, MANGO TOMMY MADURO, GUANÁBANA, LIMÓN TAHITÍ, LIMÓN MANDARINO, NARANJA
	JUGOS DE FRUTA CON LECHE TODAS LAS VARIEDADES	200 ML (MITAD AGUA-MITAD LECHE)	LÁCTEOS: LECHE ENTERA LÍQUIDA PASTEURIZADA, LECHE ENTERA EN POLVO
AZÚCARES	AZÚCAR BLANCA	7 G	AZÚCARES: AZÚCAR BLANCA, AZÚCAR MORENA, PANELA.
GRASAS	ACEITE MEZCLA VEGETAL	INCLUIDO EN PREPAPARACIONES	ACEITES: ACEITE MEZCLA VEGETAL, ACEITE DE GIRASOL, ACEITE DE CANOLA.

**Gramaje establecido para grupos de Cuarto y Quinto.*
***Gramaje establecido para grupos de Media y Ciclo complementario.*

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS **JOHAO ALEXANDER COLMENARES PEDRAZA**

FIRMA [JOHAO A. COLMENARES P.] **MATRÍCULA PROFESIONAL** **3743**

A continuación se indica la información que debe ser consignada en cada uno de los campos contenidos en el formato de "Lista de Intercambios". Se debe considerar que las lista
son agrupaciones, en las cuales los alimentos incluidos en cada una de las ellas, poseen aproximadamente el mismo aporte de calorías, carbohidratos, proteínas y grasas; por lo tan
puede reemplazar por otros dentro de la misma lista. Estos alimentos se agrupan de acuerdo con los criterios de las Guías Alimentarias para la Población Colombiana

OPERADOR	Registrar el nombre de la entidad contratada para la operación del Programa de Alimentación Escolar
DEPARTAMENTO	Registrar el departamento en el cual se está realizando la operación del Programa de Alimentación Escolar
MUNICIPIO	Registrar el municipio en el cual se está realizando la operación del Programa de Alimentación Escolar
OPERADOR	Registrar el nombre de la entidad contratada para la operación del Programa de Alimentación Escolar
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	Seleccione Si o No, si el análisis nutricional es para un grupo étnico específico o a población sin pertenencia étnica. En el caso de atención a po
GRUPO ÉTNICO	Seleccione Si o No, si el análisis nutricional es para un grupo étnico específico o a población sin pertenencia étnica. En el caso de atención a po
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Seleccione según corresponda la modalidad de atención, Ración para Preparar Sitio, Comida Caliente Transportada, Ración Industrializada.
TIPO DE COMPLEMENTO	Seleccione según corresponda el tipo de complemento, complemento JM/JT o Almuerzo, al que hace referencia el análisis nutricional presenta
COMPONENTE	Estos se refieren a los grupos de alimentos que se ofrecen al interior del programa. El número a ofrecer deberá corresponder a lo establecido
NOMBRE DE PREPARACIÓN	Nombre de prepación de acuerdo como se encuentra establecido en la guía de preparación.
RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	De acuerdo al tamaño de porciones, definido en el análisis nutricional de cada preparación, registre los tamaños de porción servida que puede sede educativa, en coherencia con la minuta patrón establecida.
LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO	Registre el alimento que pertenece al grupo, tanto que hace parte de los menús diseñados y aprobados, como el que se aprueba considerando disponibilidad por producción, cosecha y hábitos alimentarios del municipio / departamento en el que se está realizando Programa de Alimentación Escolar.

as de intercambios
to, un alimento se

oblación indígena,
oblación indígena,

ado.
en la Minuta

en emplearse en la

para intercambio,
o la operacion del