Alimentos para Aprender | ALCALDÍA DE AGUAZUL | PAE | MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL

LISTA DE INTERCAMBIOS DE ALIMENTOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	ALCALDIA DE AGUAZUL
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	No
GRUPO ÉTNICO	Sin Pertenencia Étnica
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Preparada en Sitio/Comida Caliente Transportada
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	GRUPO DE ALIMENTO	NOMBRE DE PREPARACIÓN	PREESCOLAR	
			PESO BRUTO g o cc	PESO NETO g o cc
BEBIDA CON LECHE	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	LECHE ENTERA PASTEURIZADA LIQUIDA	100	100
		LECHE ENTERA PASTEURIZADA LIQUIDA SABORIZADA		
		LECHE ENTERA PASTEURIZADA POLVO	13	13
		KUMIS	200	200
		YOGURT CON SABOR		
		SORBETE DE FRUTA	Depende de la fruta	60
	CEREAL O AZUCAR PREPARACIÓN BEBIDA LÁCTEA	AVENA EN POLVO	10	10
		FECULA DE MAÍZ		
		HARINA DE PLÁTANO		
		HARINA SIETE CEREALES		
		HARINA DE TRIGO		
		CHOCOLATE		
		COCOA		
		PANELA	10	10
		CAFÉ	5	5
ALIMENTO PROTEICO	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	CARNE DE RES EN SALSA CRIOLLA	35	35
		CARNE DE RES ASADA		
		CARNE DE RES COCINADA		
		CARNE DE RES ENCEBOLLADA		
		SOBREBARRIGA GUISADA		
		HIGADO A LA PLANCHA		
		HIGADO CON CILANTRO Y CEBOLLA JUNCA		
		PECHUGA DE POLLO ASADA	38	35
		PECHUGA DE POLLO COCIDO		
		CALDO DE POLLO		
		CALDO DE PESCADO SIN ESPINAS		
	GRUPO IV. CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS Y SEMILLAS	HUEVO DE GALLINA AA COCIDO	60	54
		HUEVO DE GALLINA AA FRITO		
		HUEVO DE GALLINA AA REVUELTO		
		HUEVO DE GALLINA AA POCHE		
		HUEVO DE GALLINA AA PERICO		
		HUEVOS DE CODORNIZ	40	36
	GRUPO III. LECHE Y PRODUCTOS LACTEOS	CUAJADA	25	25
		QUESO MOZARELLA		
		QUESO DOBLE CREMA		
CEREALES	GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y PLÁTANOS	PAN BLANCO	35	35
		PAN DULCE		
		PAN DE LECHE		
		PAN DE CENTENO		
		CROISSANT		
		MANTECADA		
		TOSTADAS	15	15
		AREPUELAS		
		ARROZ BLANCO (NIEVE)	24	24
		ARROZ CON FIDEOS (TIGRE)		
		AREPA DE CHOCLO	Depende Ingrediente	35
		AREPA DE MAIZ BLANCO		
		ROSQUITAS DE HARINA DE MAÍZ		
		ENVUELTO DE MAZORCA		
		ENVUELTO DE MAÍZ PELAO		
		TUNGO DE HARÍNA DE MAIZ		
		TUNGO DE ARROZ		
		DEDITOS DE HARINA DE MAÍZ BLANCO		
TUBÉRCULOS, RAÍCES, PLÁTANOS O DERIVADOS DE CEREAL		AREPA DE YUCA		
		DEDITOS DE YUCA		
		ROSQUITAS DE YUCA		
		DEDITOS DE YUCA		
		TAJADAS DE PLATANO MADURO	49	35
		TAJADAS DE PLATANO VERDE	59	35
		TAJADAS DE ARRACACHA	50	35
		YUCA DORADA	51	35
		PAPA A LA FRANCESA	43	35
		PAPA PASTUSA (Caldos)	28	25
FRUTA ENTERA O EN PORCIÓN	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS	BANANO COMÚN	115	80
		CIRUELA	84	
		DURAZNO	94	
		FRESAS	84	
		GRANADILLA*	267	
		MANDARINA ARRAYANA	115	
		MANGO	160	
		MANZANA	94	
		MELON	160	
		NARANJA	133	
		PAPAYA	114	
		PERA	94	
		PIÑA	145	
		SANDIA	200	
		UVAS	89	
SAZONADORES & MISCELANEOS	GRUPO II. FRUTAS Y VERDURAS, GRUPO I. CEREALES, RAÍCES, TUBÉRCULOS Y	AJO	0,1	0,1
		CEBOLLA CABEZONA MORADA/BLANCA	Depende de la Preparación	
		CEBOLLA JUNCA		
		CILANTRO		
		ESPINACA		
		TOMATE		
		MAZORCA		
		PLÁTANO		
		CANELA	0,3	0,3

En las frutas los intercambios se debe dar predilección por las frutas de cosecha ya que se facilita su consecución. En el Caso del sorbete de fruta, se permite banano, curuba, guayaba, tomate de arbol, feijoa, guanabana, mango, lulo y maracuya, esta última no se permite cocinar y preparar el Sorbete con la cascará.

Fruta entera o en porción: Como el nivel educativo es preescolar no se permite la entrega de Naranja con cascara. Para efecto de supervisión la evaluación de la granadilla se realizará como unidad mediana por beneficiario, cumpliendo los parametros de calidad establecidos en la Resolución 0335 de 2021.

Se complementa el gramaje de la Papa pastusa y Papa Criolla que va incluida en los caldos con tostadas o arepuelas

LISTA DE INTERCAMBIOS ELABORADA POR **LILIANA I REYES MORA NUTRICIONISTA DIETISTA** CON MATRICULA PROFESIONAL **N° 03015** | FIRMA