LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA MUNICIPAL DE PURIFICACION**
MUNICIPIO	**PURIFICACION**
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDAS	**CHOCOLATE EN LECHE**	**200 ML**	CHOCOLATE, AVENA CALIENTE, AVENA FRIA, CHOCOLISTO, AGUA DE PANELA EN LECHE, MAIZENA, COLADA DE CEREALES, LECHE ENTERA, MAIZENA SABOR AREQUIPE, MAIZENA.
	FECULA DE MAIZ		
	AGUA DE PANELA EN leche		
	AVENA CON LECHE		
	JUGO DE COSECHA EN LECHE		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA DE MAIZ**	**14 GR - 45 GR**	AREPA DE MAIZ, ARROZ BLANCO, PAN BLANCO, PAN CON MARGARINA, PATACON, TAJADAS DE PLATANO,DEDOS DE HARINA DE MAIZ, TORREJAS DE HARINA DE TRIGO, PAPA GUISADA
	ARROZ BLANCO		
	PAN BLANCO		
	PAN CON MARGARINA		
	PATACON		
	DEDOS DE HARINA DE MAIZ		
	TORREJAS DE HARINA DE TRIGO		
	PAPA GUISADA		
FRUTAS	**FRUTA DE COSECHA**	**80 GR**	PAPAYA, MELO, SANDIA, NARANJA, MANDARINA, MANGO.
PROTEINA	**HUEVOS**	**15 GR - 50 GR**	CERDO ASADO EN JULIANA, CARNE EN BISTECK EN CUADROS, PECHUGA DE POLLO GUISADA EN FAJAS,HUEVOS REVUELTOS, HUEVOS PERICO, HUEVOS REVUELTOS.
	PECHUGA DE POLLO GUISADA		
	CARNE DE RES EN BISTECK		
	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA		

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	**MALKA IRINA TORRES CANTILLO**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 02033**

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA MUNICIPAL DE PURIFICACION**
MUNICIPIO	**PURIFICACION**
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDAS	**CHOCOLATE EN LECHE**	**200 ML**	CHOCOLATE, AVENA CALIENTE, AVENA FRIA, CHOCOLISTO, AGUA DE PANELA EN LECHE, MAIZENA, COLADA DE CEREALES, LECHE ENTERA, MAIZENA SABOR AREQUIPE, MAIZENA.
	FECULA DE MAIZ		
	AGUA DE PANELA EN leche		
	AVENA CON LECHE		
	JUGO DE COSECHA EN LECHE		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA DE MAIZ**	**14 GR - 45 GR**	AREPA DE MAIZ, ARROZ BLANCO, PAN BLANCO, PAN CON MARGARINA, PATACON, TAJADAS DE PLATANO,DEDOS DE HARINA DE MAIZ, TORREJAS DE HARINA DE TRIGO, PAPA GUISADA
	ARROZ BLANCO		
	PAN BLANCO		
	PAN CON MARGARINA		
	PATACON		
	DEDOS DE HARINA DE MAIZ		
	TORREJAS DE HARINA DE TRIGO		
	PAPA GUISADA		
FRUTAS	**FRUTA DE COSECHA**	**110 GR**	PAPAYA, MELO, SANDIA, NARANJA, MANDARINA, MANGO.
PROTEINA	**HUEVOS**	**20 GR - 60 GR**	CERDO ASADO EN JULIANA, CARNE EN BISTECK EN CUADROS, PECHUGA DE POLLO GUISADA EN FAJAS,HUEVOS REVUELTOS, HUEVOS PERICO, HUEVOS REVUELTOS.
	PECHUGA DE POLLO GUISADA		
	CARNE DE RES EN BISTECK		
	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA		

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	**MALKA IRINA TORRES CANTILLO**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 02033**

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA MUNICIPAL DE PURIFICACION**
MUNICIPIO	**PURIFICACION**
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDAS	**CHOCOLATE EN LECHE**	**200 ML**	CHOCOLATE, AVENA CALIENTE, AVENA FRIA, CHOCOLISTO, AGUA DE PANELA EN LECHE, MAIZENA, COLADA DE CEREALES, LECHE ENTERA, MAIZENA SABOR AREQUIPE, MAIZENA.
	FECULA DE MAIZ		
	AGUA DE PANELA EN leche		
	AVENA CON LECHE		
	JUGO DE COSECHA EN LECHE		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA DE MAIZ**	**21 GR - 105 GR**	AREPA DE MAIZ, ARROZ BLANCO, PAN BLANCO, PAN CON MARGARINA, PATACON, TAJADAS DE PLATANO,DEDOS DE HARINA DE MAIZ, TORREJAS DE HARINA DE TRIGO, PAPA GUISADA
	ARROZ BLANCO		
	PAN BLANCO		
	PAN CON MARGARINA		
	PATACON		
	DEDOS DE HARINA DE MAIZ		
	TORREJAS DE HARINA DE TRIGO		
	PAPA GUISADA		
FRUTAS	**FRUTA DE COSECHA**	**110 GR**	PAPAYA, MELO, SANDIA, NARANJA, MANDARINA, MANGO.
PROTEINA	**HUEVOS**	**35 GR - 90 GR**	CERDO ASADO EN JULIANA, CARNE EN BISTECK EN CUADROS, PECHUGA DE POLLO GUISADA EN FAJAS,HUEVOS REVUELTOS, HUEVOS PERICO, HUEVOS REVUELTOS.
	PECHUGA DE POLLO GUISADA		
	CARNE DE RES EN BISTECK		
	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA		

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	**MALKA IRINA TORRES CANTILLO**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 02033**

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA MUNICIPAL DE PURIFICACION**
MUNICIPIO	**PURIFICACION**
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDAS	**CHOCOLATE EN LECHE**	**220 ML**	CHOCOLATE, AVENA CALIENTE, AVENA FRIA, CHOCOLISTO, AGUA DE PANELA EN LECHE, MAIZENA, COLADA DE CEREALES, LECHE ENTERA, MAIZENA SABOR AREQUIPE, MAIZENA.
	FECULA DE MAIZ		
	AGUA DE PANELA EN leche		
	AVENA CON LECHE		
	JUGO DE COSECHA EN LECHE		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA DE MAIZ**	**28 GR - 125 GR**	AREPA DE MAIZ, ARROZ BLANCO, PAN BLANCO, PAN CON MARGARINA, PATACON, TAJADAS DE PLATANO,DEDOS DE HARINA DE MAIZ, TORREJAS DE HARINA DE TRIGO, PAPA GUISADA
	ARROZ BLANCO		
	PAN BLANCO		
	PAN CON MARGARINA		
	PATACON		
	DEDOS DE HARINA DE MAIZ		
	TORREJAS DE HARINA DE TRIGO		
	PAPA GUISADA		
FRUTAS	**FRUTA DE COSECHA**	**130 GR**	PAPAYA, MELO, SANDIA, NARANJA, MANDARINA, MANGO.
PROTEINA	**HUEVOS**	**40 GR - 105 GR**	CERDO ASADO EN JULIANA, CARNE EN BISTECK EN CUADROS, PECHUGA DE POLLO GUISADA EN FAJAS,HUEVOS REVUELTOS, HUEVOS PERICO, HUEVOS REVUELTOS.
	PECHUGA DE POLLO GUISADA		
	CARNE DE RES EN BISTECK		
	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA		

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	**MALKA IRINA TORRES CANTILLO**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 02033**

LISTA DE ALIMENTOS PARA INTERCAMBIOS

ENTIDAD TERRITORIAL:	**ALCALDIA MUNICIPAL DE PURIFICACION**
MUNICIPIO	**PURIFICACION**
SEDE EDUCATIVA	
OPERADOR	
MINUTA CON ENFOQUE ETNICO:	**No**
GRUPO ÉTNICO	**Sin Pertenencia Étnica**
MODALIDAD DE ATENCIÓN	Ración para Preparar en Sitio
TIPO DE COMPLEMENTO	Complemento JM/JT

COMPONENTE	NOMBRE DE PREPARACIÓN	RANGO DE PESOS AL SERVIR RACIÓN SERVIDA	ALIMENTOS PARA INTERCAMBIO
BEBIDAS	**CHOCOLATE EN LECHE**	**220 ML**	CHOCOLATE, AVENA CALIENTE, AVENA FRIA, CHOCOLISTO, AGUA DE PANELA EN LECHE, MAIZENA, COLADA DE CEREALES, LECHE ENTERA, MAIZENA SABOR AREQUIPE, MAIZENA.
	FECULA DE MAIZ		
	AGUA DE PANELA EN leche		
	AVENA CON LECHE		
	JUGO DE COSECHA EN LECHE		
CEREAL ACOMPAÑANTE	**AREPA DE MAIZ**	**28 GR - 155 GR**	AREPA DE MAIZ, ARROZ BLANCO, PAN BLANCO, PAN CON MARGARINA, PATACON, TAJADAS DE PLATANO,DEDOS DE HARINA DE MAIZ, TORREJAS DE HARINA DE TRIGO, PAPA GUISADA
	ARROZ BLANCO		
	PAN BLANCO		
	PAN CON MARGARINA		
	PATACON		
	DEDOS DE HARINA DE MAIZ		
	TORREJAS DE HARINA DE TRIGO		
	PAPA GUISADA		
FRUTAS	**FRUTA DE COSECHA**	**135 GR**	PAPAYA, MELO, SANDIA, NARANJA, MANDARINA, MANGO.
PROTEINA	**HUEVOS**	**45 GR - 135 GR**	CERDO ASADO EN JULIANA, CARNE EN BISTECK EN CUADROS, PECHUGA DE POLLO GUISADA EN FAJAS,HUEVOS REVUELTOS, HUEVOS PERICO, HUEVOS REVUELTOS.
	PECHUGA DE POLLO GUISADA		
	CARNE DE RES EN BISTECK		
	CARNE DE CERDO A LA PLANCHA		

NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE REALIZA LA PLANEACIÓN DEL CICLO DE MENÚS	**MALKA IRINA TORRES CANTILLO**		
FIRMA		**MATRÍCULA PROFESIONAL**	**MND 02033**

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 tant
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 pue la 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 p considerando disponibilidad por producción, cosecha y hábitos alimentarios del municipio / departamento en el que se está realizando Programa de Alimentación Escolar.

s de intercambios
to, un alimento se

oblación indígena,
oblación indígena,

ado.
en la Minuta

den emplearse en

para intercambio,
la operacion del