Alcaldía de
MONTERÍA

SECRETARIA GENERAL

**LISTA DE INTERCAMBIO DE ALIMENTOS - COMPLEMENTO ALIMENTARIO CAJM/JT RACIÓN PREPARADA EN SITIO**

| GRUPO DE ALIMENTO | ALIMENTO | INTERCAMBIO | *Sistema de información de precios (SIPSA) 6 de febrero de 2026 • Montería, Mercado del Sur* | *ALMACENES ÉXITO VIRTUAL* | *EURO* | *OLIMPICA VIRTUAL* | *UNIDAD DE MEDIDA* | *PROMEDIO VALOR GR/ML* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| LECHE Y PRODUCTOS LÁCTEOS | Leche de vaca, entera, liquida, pasteurizada | Leche de vaca, entera, en polvo, Yogurt, bebible, entero, con azúcar, Kumis, entero, con azúcar. | $ 5,56 | $ 5,22 | $ 4,80 | $ 4,99 | Mililitro | $ 5,14 |
| | Yogurt, bebible, entero, con azúcar | | $ 11,72 | $ 7,30 | $ 16,75 | $ 9,75 | Mililitro | $ 11,38 |
| | Queso, semigraso, tipo costeño | *(Se utiliza como alimento proteico, se intercambia por alimentos pertenecientes al grupo de las carnes, huevos, leguminosas secas, frutos secos, semillas)* | $ 21,50 | $ 27,92 | $ 37,79 | $ 29,76 | Gramos | $ 29,24 |
| CARNES, HUEVOS, LEGUMINOSAS SECAS, FRUTOS SECOS, SEMILLAS | Huevo de gallina | Cerdo, carne magra cruda, Res, carne magra, cruda, Carne de res, molida, Huevo de codorniz. | $ 7,65 | $ 13,84 | $ 13,54 | $ 13,84 | Gramos | $ 12,22 |
| | Res, carne magra, cruda | | $ 26,88 | $ 32,98 | $ 37,90 | $ 31,80 | Gramos | $ 32,39 |
| | Cerdo, carne magra cruda | | $ 23,75 | $ 25,19 | $ 24,50 | $ 26,80 | Gramos | $ 25,06 |
| | Res, hígado | **LEGUMINOSAS**: Frijol blanco, crudo, Frijol blanco, crudo, Lenteja común, cruda, Frijol cargamanto rojo, crudo, Arveja, seca, cruda, Frijol cabecita negra, crudo, Frijol cargamanto rosado, crudo, Garbanzo, crudo, Frijol caraota o negro, crudo. | $ 18,90 | $ 10,48 | $ 48,60 | $ 11,15 | Gramos | $ 22,28 |
| | Pollo, pechuga con piel , cruda | | $ 14,08 | $ 18,60 | $ 19,11 | $ 19,26 | Gramos | $ 17,76 |
| | Pescado | | $ 23,00 | $ 34,00 | $ 21,00 | $ 20,90 | Gramos | $ 24,73 |
| | Frijol | | $ 11,00 | $ 16,00 | $ 11,58 | $ 13,50 | Gramos | $ 13,02 |
| | frijol cabecita negra | | $ 6,00 | $ 5,50 | $ 6,30 | $ 5,35 | Gramos | $ 5,79 |
| | Lenteja | | $ 5,30 | $ 6,93 | $ 9,98 | $ 5,65 | Gramos | $ 6,96 |
| FRUTAS | Banano común, crudo | **PARA CONSUMIR ENTERAS:** Banano común, crudo, Mango, comun crudo, Manzana común, cruda, Mandarina, cruda, Melón crudo, Naranja, cruda, Papaya madura, cruda, Papaya madura, cruda, Sandia, cruda, Pera, cruda, Piña, cruda, Melón crudo, Sandia cruda, Piña cruda | $ 2,50 | $ 7,60 | $ 6,94 | $ 5,68 | Gramos | $ 5,68 |
| | Mandarina, cruda | | $ 3,50 | $ 5,22 | $ 18,90 | $ 7,99 | Gramos | $ 8,90 |
| | Papaya madura, cruda | | $ 1,80 | $ 9,15 | $ 4,43 | $ 4,48 | Gramos | $ 4,96 |
| | Guayaba, maduro, pulpa (sorbetes) | | $ 4,00 | $ 4,96 | $ 10,20 | $ 7,98 | Gramos | $ 6,79 |
| | Patilla | | $ 2,20 | $ 4,96 | $ 3,30 | $ 3,78 | Gramos | $ 3,56 |
| | Tomate de arbol | | $ 2,60 | $ 3,84 | $ 8,28 | $ 6,72 | Gramos | $ 5,36 |
| | Piña | | $ 3,30 | $ 3,50 | $ 11,90 | $ 4,91 | Gramos | $ 5,90 |
| | Mora de castilla, pulpa (sorbetes) | | $ 6,80 | $ 15,58 | $ 7,99 | $ 17,80 | Gramos | $ 12,04 |
| CEREALES, RAÍCES, TUBERCULOS, PLÁTANOS | Arroz blanco, pulido crudo | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | $ 2,96 | $ 4,20 | $ 3,98 | $ 4,33 | Gramos | $ 3,87 |
| | Galletas saladas, tipo cracker | Galleta tipo polvorosa, Galleta, tipo soda, Galleta cuca | $ 15,98 | $ 18,61 | $ 12,58 | $ 22,13 | Gramos | $ 17,32 |
| | Pan Bola | | $ 13,06 | $ 14,68 | $ 17,00 | $ 15,50 | Gramos | $ 15,06 |
| | Harina de avena cruda | Fécula de Maíz | $ 11,04 | $ 6,55 | $ 13,38 | $ 8,05 | Gramos | $ 9,75 |
| | Harina de maíz amarillo, precocida | Harina de maíz amarilla, precocida, Harina de trigo, fortificada, todo proposito, cruda, Harina de arroz, cruda | $ 3,69 | $ 3,39 | $ 4,90 | $ 3,70 | Gramos | $ 3,92 |
| | Maíz blanco, crudo | Maiz amarillo crudo, Cebada perlada, cruda, Maíz cuchucu | $ 2,38 | $ 3,25 | $ 3,09 | $ 7,00 | Gramos | $ 3,93 |
| | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda | Pasta alimenticia, enriquecida, cruda, Arroz blanco, pulido crudo | $ 6,80 | $ 7,20 | $ 10,20 | $ 5,45 | Gramos | $ 7,41 |
| | Pan de queso,horneado | Pan de leche, horneado, Mogolla, integral horneada, Pan dulce, regular , horneado, Pan blanco, tipo molde, horneado, Pan blanco, regular, horneado, Ponque blanco, regular, sin cubierta, horneado, Mojicon, horneado, Pan de sal, regular horneado, Pan frances, horneado, | $ 23,07 | $ 22,00 | $ 41,50 | $ 22,55 | Gramos | $ 27,28 |
| | Plátano hartón, maduro, crudo | Plátano hartón, verde, crudo, Plátano popocho verde crudo, Papa variedad harinosa, pastusa con cascara, cruda, Papa, variedad harinosa, criolla, con cascara, cruda, Papa variedad harinosa, pastusa sin cáscara, cruda, Yuca blanca, sin cascara cruda, Ñame, sin cáscara, crudo. | $ 2,50 | $ 1,95 | $ 4,98 | $ 6,30 | Gramos | $ 3,93 |
| | Plátano hartón, verde, crudo | | $ 2,75 | $ 3,61 | $ 4,98 | $ 6,98 | Gramos | $ 4,58 |
| | Papa Comun | | $ 2,60 | $ 6,22 | $ 8,56 | $ 4,40 | Gramos | $ 5,45 |
| | Papa, criolla | | $ 5,00 | $ 7,68 | $ 7,48 | $ 9,80 | Gramos | $ 7,49 |
| | Name, con cáscara | | $ 1,80 | $ 6,11 | $ 5,30 | $ 7,90 | Gramos | $ 5,28 |
| | Yuca, cruda | | $ 1,75 | $ 4,22 | $ 5,48 | $ 4,98 | Gramos | $ 4,11 |
| VERDURAS | Ahuyama | | $ 1,20 | $ 2,72 | $ 3,28 | $ 3,48 | Gramos | $ 2,67 |
| | Pepino Cohombro | | $ 3,60 | $ 2,44 | $ 2,98 | $ 5,58 | Gramos | $ 3,65 |
| | Tomate Chonto | | $ 4,40 | $ 4,92 | $ 7,98 | $ 7,80 | Gramos | $ 6,28 |
| | Ají | | $ 8,70 | $ 11,62 | $ 11,20 | $ 10,98 | Gramos | $ 10,63 |
| | Ajo, crudo | | $ 6,75 | $ 4,03 | $ 39,90 | $ 12,90 | Gramos | $ 15,90 |
| | Cebolla cabezona, cruda | | $ 1,60 | $ 1,14 | $ 44,80 | $ 5,29 | Gramos | $ 13,21 |
| | Cebolla junca, tallos, cruda (Cebollin) | | $ 1,46 | $ 7,10 | $ 4,60 | $ 10,48 | Gramos | $ 5,91 |
| | Habichuela | | $ 3,50 | $ 8,74 | $ 4,98 | $ 7,98 | Gramos | $ 6,30 |
| | Pimentón rojo, crudo | | $ 5,00 | $ 2,56 | $ 10,90 | $ 8,99 | Gramos | $ 6,86 |
| | Zanahoria, sin cascara cruda | | $ 1,44 | $ 2,35 | $ 3,28 | $ 4,98 | Gramos | $ 3,01 |
| | Repollo | | $ 1,20 | $ 4,70 | $ 8,85 | $ 6,90 | Gramos | $ 5,41 |
| | Limon | | $ 6,80 | $ 4,48 | $ 8,12 | $ 6,75 | Gramos | $ 6,54 |
| | Berrenjena | | $ 1,85 | $ 11,93 | $ 7,90 | $ 3,98 | Gramos | $ 6,41 |
| AZÚCARES | Azúcar, blanco, granulado | Panela, Chocolate, en pastilla con azúcar, Azúcar, blanco, granulado | $ 2,95 | $ 4,52 | $ 3,98 | $ 4,00 | Gramos | $ 3,86 |
| | Panela | | $ 3,46 | $ 7,07 | $ 8,24 | $ 5,87 | Gramos | $ 6,16 |
| | Chocolate, en pastilla con azúcar | | $ 35,50 | $ 27,50 | $ 35,76 | $ 35,53 | Gramos | $ 33,57 |
| GRASAS | Aceite de girasol | Aceite de Maiz, Aceite de girasol, Margarina, esparcible | $ 15,19 | $ 13,00 | $ 24,18 | $ 15,79 | Mililitro | $ 17,04 |
| | Mayonesa | | $ 29,34 | $ 20,60 | $ 38,55 | $ 19,50 | Gramos | $ 27,00 |
| | Margarina, esparcible | | $ 15,38 | $ 11,76 | $ 23,92 | $ 12,74 | Gramos | $ 15,95 |
| OTROS | Café | | $ 44 | $ 52,80 | $ 58,33 | $ 50,40 | Gramos | $ 51,38 |
| | Sal | | $ 2,56 | $ 2,75 | $ 3,30 | $ 2,68 | Gramos | $ 2,82 |

* No se permite el uso de caldos concentrados en cubo o en polvo, realzadores de sabor artificial o salsas ultra procesadas.

* Se puede hacer uso de "Sazonadores Naturales, Especias, Hierbas y Frutas", entre los cuales se encuentran ejemplos como el Achiote, ajo, anís, apio canela, cebolla, cilantro,clavos de olor, nuez moscada, paprika, pimientos, albahaca, tomillo, laurel, orégano, perejil, entre otros.

**DANIEL PATRON PEREZ**
Secretario General
Municipio de Montería.

Proyectó: Pilar Paternina – Contratistas SGM.