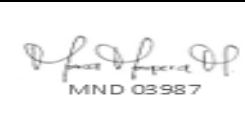
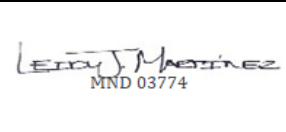


  La educación es de todos Mineducación				 GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA		LISTA DE INTERCAMBIOS CICLO DE MENÚ PAE ANTIOQUIA 2026			
LISTA DE INTERCAMBIO DE ALIMENTOS									
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / TARDE RACIÓN PREPARADA EN SITIO									
NIVEL ESCOLAR (Res. 00335 de 2021)			OPERADOR						
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA		MUNICIPIO	MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN					
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	N/A	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A		AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	N/A		
	RAIZAL	N/A	ROM	N/A		SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X		
COMPONENTE	LISTADO DE ALIMENTOS POR GRUPO PARA INTERCAMBIOS Y AJUSTE DE GRAMAJE DE ACUERDO AL NIVEL ESCOLAR								
	ALIMENTO			TAMAÑO DE INTERCAMBIO PORCIÓN EN NETO					
				Nivel escolar (Resolución 00335 de 2021)					
				Preescolar	Nivel primaria: primero, segundo y tercero	Nivel primaria: cuarto y quinto	Nivel secundaria	Nivel media y ciclo complementario	
LÁCTEOS	Leche en polvo entera			13 gr	13 gr	13 gr	15 gr	15 gr	
	Leche líquida entera			100 cc	100 cc	100 cc	100 cc	100 cc	
	Queso blanco o campesino			30 gr	30 gr	40 gr	50 gr	50 gr	
	Queso mozzarella			30 gr	30 gr	40 gr	50 gr	50 gr	
	Queso costeño			30 gr	30 gr	40 gr	50 gr	50 gr	
	Kumis			200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	
	Yogurt			200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	200 cc	
ALIMENTO PROTEÍCO ORIGEN ANIMAL	Carne de Res (Huevo de aldana, solomo extranjero, punta de espaldilla, falda, posta o tabla)			50 gr	50 gr	60 gr	60 gr	70 gr	
	Carne de Cerdo (Cañón, pierna)			50 gr	50 gr	60 gr	60 gr	70 gr	
	Higado de res			50 gr	50 gr	60 gr	60 gr	70 gr	
	Pechuga de pollo sin piel (ver nota)			50 gr	50 gr	60 gr	60 gr	70 gr	
	Filete de Pescado (ver nota)			50 gr	50 gr	60 gr	60 gr	70 gr	
	Atún en aceite (lomitos)			30 gr (escurrido)	30 gr (escurrido)	30 gr (escurrido)	60 gr (escurrido)	60 gr (escurrido)	
	Sardina			30 gr (escurrido)	30 gr (escurrido)	30 gr (escurrido)	60 gr (escurrido)	60 gr (escurrido)	
	Huevo de Gallina			55 gr	55 gr	55 gr	55 gr	55 gr	
	Huevo de gallina entero en polvo (Ver nota 4)			12,5 gr	12,5 gr	12,5 gr	12,5 gr	12,5 gr	
ALIMENTO PROTEÍCO ORIGEN VEGETAL	Lenteja			10 gr	15 gr	20 gr	20 gr	30 gr	
	Frijol								
	Variedades: Cargamanto, cabecita negra, caraota, blanquillo			10 gr	15 gr	20 gr	20 gr	30 gr	
	Garbanzo			10 gr	15 gr	20 gr	20 gr	30 gr	
	Arveja verde seca o amarilla			10 gr	15 gr	20 gr	20 gr	30 gr	
CEREAL ACOMPAÑANTE	Proteína vegetal de soya			10 gr	15 gr	20 gr	20 gr	30 gr	
	Arepa de maíz blanco, amarillo			25 gr	50 gr	50 gr	100 gr	100 gr	
	Arepa de chócolo			25 gr	50 gr	50 gr	100 gr	100 gr	
	Arepa de queso			25 gr	50 gr	50 gr	100 gr	100 gr	
	Arepa de yuca			25 gr	50 gr	50 gr	100 gr	100 gr	
	Arroz fortificado			30 gr	30 gr	40 gr	40 gr	50 gr	
	Fécula de maíz			10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	
	Avena en hojuelas o molida			10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	10 gr (para preparar bebida)	
	Harina de maiz precocida			15 gr	15 gr	30 gr	30 gr	60 gr	
	Harina de plátano			15 gr	15 gr	30 gr	30 gr	60 gr	
	Harina de trigo fortificada			15 gr	15 gr	30 gr	30 gr	60 gr	
	Galleta de mantequilla o queso			16 gr (2 unidades)	16 gr (2 unidades)	32 gr (4 unidades)	32 gr (4 unidades)	32 gr (4 unidades)	
	Galleta tipo craker			16 gr (2 unidades)	16 gr (2 unidades)	32 gr (4 unidades)	32 gr (4 unidades)	32 gr (4 unidades)	
	Galleta de soda			16 gr (2 unidades)	16 gr (2 unidades)	32 gr (4 unidades)	32 gr (4 unidades)	32 gr (4 unidades)	
	Maíz tierno (complementario)			5 gr	10 gr	10 gr	10 gr	10 gr	
	Pan tajado			40 gr (2 unidades)	40 gr (2 unidades)	40 gr (2 unidades)	40 gr (2 unidades)	40 gr (2 unidades)	
	Pan (bola, mantequilla, con queso)			20 gr	20 gr	40 gr	40 gr	60 gr	
	Pan hamburguesa			50 gr	50 gr	50 gr	50 gr	50 gr	
	Espaquetis, pastas o fideos			20 gr	20 gr	25 gr	30 gr	45 gr	
	Papa capira, nevada			50 gr (en bruto)	50 gr (en bruto)	105 gr (en bruto)	130 gr (en bruto)	150 gr (en bruto)	
	Papa Criolla			50 gr (en bruto)	50 gr (en bruto)	105 gr (en bruto)	130 gr (en bruto)	150 gr (en bruto)	
	Plátano hartón verde, pintón o maduro			55 gr (en bruto)	55 gr (en bruto)	115 gr (en bruto)	140 gr (en bruto)	170 gr (en bruto)	
	Guineo			55 gr (en bruto)	55 gr (en bruto)	115 gr (en bruto)	140 gr (en bruto)	170 gr (en bruto)	
	Yuca			50 gr (en bruto)	50 gr (en bruto)	105 gr (en bruto)	130 gr (en bruto)	150 gr (en bruto)	
	Arracacha			50 gr (en bruto)	50 gr (en bruto)	105 gr (en bruto)	130 gr (en bruto)	150 gr (en bruto)	
	Ñame			50 gr (en bruto)	50 gr (en bruto)	105 gr (en bruto)	130 gr (en bruto)	150 gr (en bruto)	
	Cuchuco de maíz, cebada, trigo, cebada perlada			15 gr	15 gr	30 gr	30 gr	30 gr	
	VERDURAS	Acelga			La cantidad puede variar de acuerdo al tipo de preparación Tener presente que cada verdura tiene un porcentaje de pérdida diferente para determinar el gramaje bruto, que es con el que se debe realizar la compra.				
		Ahuyama							
		Ají							
Ajo									
Apio									
Arveja verde fresca									
Berenjena									
Brócoli									
Cebolla de huevo o cabeza									
Cebolla junca									
Cilantro									
Espinaca									
Habichuela									
Lechuga									
Pepino									
Perejil									
Pimentón rojo o verde									
Remolacha									
Repollo blanco o morado									
Tomate chonto									
Tomate de Aliño									
Zanahoria									
Zucchini									

  La educación es de todos Mineducación  GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA				LISTA DE INTERCAMBIOS CICLO DE MENÚ PAE ANTIOQUIA 2026			
LISTA DE INTERCAMBIO DE ALIMENTOS							
COMPLEMENTO ALIMENTARIO JORNADA MAÑANA / TARDE							
RACIÓN PREPARADA EN SITIO							
NIVEL ESCOLAR (Res. 00335 de 2021)			OPERADOR				
DEPARTAMENTO	ANTIOQUIA		MUNICIPIO	MUNICIPIOS DEPARTAMENTO ANTIOQUIA NO CERTIFICADOS EN EDUCACIÓN			
GRUPO ÉTNICO	INDÍGENA	N/A	COMUNIDAD / PUEBLO INDÍGENA	N/A	AFROCOLOMBIANO / PALENQUEROS	N/A	
	RAIZAL	N/A	ROM	N/A	SIN PERTENENCIA ÉTNICA	X	
COMPONENTE	LISTADO DE ALIMENTOS POR GRUPO PARA INTERCAMBIOS Y AJUSTE DE GRAMAJE DE ACUERDO AL NIVEL ESCOLAR						
	ALIMENTO	TAMAÑO DE INTERCAMBIO PORCIÓN EN NETO					
		Nivel escolar (Resolución 00335 de 2021)					
		Preescolar	Nivel primaria: primero, segundo y tercero	Nivel primaria: cuarto y quinto	Nivel secundaria	Nivel media y ciclo complementario	
FRUTA (Tener en cuenta temporada de cosecha)	Fruta entera grupo N°1: Guayaba común en cascós, Mandarina, Banano, Murrapo, Naranja dulce en cascós		80 gr	110 gr	110 gr	130 gr	135 gr
	Fruta entera grupo N°2: Mango maduro o pintón picado, Manzana, Pera, Sandía en trozos, Uchuvas, Higo		80 gr	110 gr	110 gr	130 gr	135 gr
	Fruta entera grupo N°3 : Piña oro miel picada, Papayuela picada, Papaya picada, Melón picado		80 gr	110 gr	110 gr	130 gr	135 gr
	Nota: Los gramajes expresados para cada grupo de fruta equivalen a la porción servida por nivel de escolaridad, tener en cuenta que cada fruta presenta un porcentaje de pérdida diferente, por tanto en el ciclo de menú se establece el peso bruto que son los que se deben tener en cuenta para la compra.						
	Fruta para jugo: mango, guayaba, maracuya, guanabana, tomate de arbol, banano, mora, lulo, uchuva		Porcion para jugo (60 gr en bruto)				
	Otras frutas de intercambios para jugo: Pithaya, tamarindo, uvas, zapote costeño, piña manzana (jugo), gulupa (jugo), borojó		Porcion para jugo (60 gr en bruto)				
AZÚCARES	Azúcar blanca o morena		7 gr	8 gr	9 gr	9 gr	9 gr
	Panela sólida		7 gr	8 gr	9 gr	9 gr	9 gr
	Panela pulverizada		7 gr	8 gr	9 gr	9 gr	9 gr
	Bocadillo de guayaba		20 gr	20 gr	20 gr	20 gr	20 gr
	Panelita o dulce de leche		(si no hay más azúcares en el ciclo)	(si no hay más azúcares en el ciclo)	(si no hay más azúcares en el ciclo)	(si no hay más azúcares en el ciclo)	(si no hay más azúcares en el ciclo)
GRASAS	Aceite de semillas vegetales: maiz,girasol, canola, soya.		3 cc	5 cc	5 cc	7 cc	9 cc
	Mantequilla		3 gr	5 gr	5 gr	7 gr	9 gr
	Queso crema		3 gr	5 gr	5 gr	7 gr	9 gr
	Crema de leche		3 gr	5 gr	5 gr	7 gr	9 gr
	Coco (natural rallado)		3 gr	5 gr	5 gr	7 gr	9 gr
	Margarina		3 gr	5 gr	5 gr	7 gr	9 gr
OTROS*	Aguacate		30 gr (neto)	30 gr (neto)	40 gr (neto)	40 gr (neto)	40 gr (neto)
	Chocolate en pasta o cocoa en polvo		3 gr	4 gr	5 gr	5 gr	5 gr
	Café		1 gr	1 gr	1 gr	1 gr	1 gr
	Canela						
	Especias: Orégano, Laurel, tomillo, perejil, albahaca						
	Jengibre, cúrcuma						
Nota 1: Resolución 00335 de 2021 - Anexo técnico alimentación saludable y sostenible, numeral 4.5 Ciclo de Menús : - Los intercambios no pueden exceder a 6 (seis) en un ciclo de menús, para el caso del alimento proteico se permiten máximo dos intercambios por ciclo. - El operador debe solicitar por escrito mínimo con 5 días de anticipación (dependiendo del caso: reposición, escasez del alimento, etc.), la autorización del intercambio a la supervisión o interventoría de la Entidad Territorial (municipio), e informar por escrito y dejar copia de dicha autorización en la sede o sedes educativas donde se realice el intercambio. El municipio debe notificar inmediatamente a la entidad territorial certificada (Gobernación de Antioquia) los intercambios de alimentos aprobados al operador, los cuales solo tienen vigencia por el período de entrega solicitado. - No se permite el uso de productos como: mezclas de aceites vegetales, bebida de yogur, caldos concentrados en cubo o en polvo, mayonesa, salsas de tomate, salsa rosada, salsa de soya, salsa inglesa, salsa de carnes, salsa BBQ, salsa tártara, miel mostaza, mostaza, mostaneza. Nota 2: Tener presente que el filete de pescado y pollo sin piel son productos de alto riesgo microbiológico que requieren la garantía de condiciones de transporte, almacenamiento y manipulación. Nota 3: En la categoría otros se encuentras los alimentos que no son considerados intercambiables Nota 4: El alimento de huevo de gallina entero en polvo, se viabiliza para el área rural dispersa como intercambio al huevo de gallina fresco, sólo bajo previa autorización de la Gerencia MANA.							
NOMBRE NUTRICIONISTA - DIETISTA QUE ELABORA LA LISTA DE INTERCAMBIOS				EQUIPO TECNICO PAE ETC ANTIOQUIA			
FIRMA Y MATRICULA PROFESIONAL	 MND 02494  MND 00392  MND04807  MND 03987  MND 03774						