

Anexo No. 4 Lista de intercambios.

Lista de intercambios: Este listado se anexa como guía de entrega de alimentos, de los cuales se deben conservar la entrega de alimentos de cada uno de los grupos descritos en ella, las cantidades por alimentos allí expuestas se encuentran susceptibles a cambios a razón de la emergencia sanitaria, en caso de presentarse desabastecimiento y/o inconvenientes para la adquisición de los alimentos descritas en el Anexo 1. Alimentos que componen el kit, se debe contemplar la siguiente lista de intercambios:

GRUPO DE ALIMENTOS	ALIMENTO	INTERCAMBIO	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD
LACTEOS	Leche en polvo deslactosada	Leche en polvo entera	400 gr	4
CEREALES, RAÍCES, PLÁTANO Y TUBÉRCULOS	Harina para arepas	Harina de maíz amarillo	500 gr	2
		Harina de soya	500 gr	2
	Avena en hojuelas	Avena molida	500 gr	1
		Avena instantánea	500 gr	1
		Avena en polvo	500 gr	1
CARNES	Atún lomitos en agua. Cada uno de los alimentos de este grupo podrán ser intercambiados entre ellos.	Atún lomito en aceite	170 gr	5
		Atún rallado (determinar proporción)	170 gr	5
		Sardina en salsa de tomate	170 gr	5
	Pollo enlatado	Carne desmechada lista para consumo	170 gr	1
LEGUMINOSAS	Frijol cargamanto. Cada una de las leguminosas podrán ser intercambiadas entre ellas.	Blanquillo	500 gr	2
		Frijol bola roja	500 gr	2
		Frijol cabecita negra	500 gr	2
GRASAS	Aceite a base de soya	Aceite a base de girasol	500 ml	2
		Aceite a base de maíz	500 ml	2
DULCES Y POSTRES	Panela	Panela en polvo	500 gr	2
		Azúcar morena	500 gr	2
	Cocoa	Chocolate amargo en pastillas	230 gr	1
		Chocolate en polvo	230 gr	1