



GOBIERNO REGIONAL CAJAMARCA
PRESIDENCIA REGIONAL



"Año de la Inversión para el Desarrollo Rural y la Seguridad Alimentaria"

RESOLUCIÓN EJECUTIVA REGIONAL

No. 533 -2013-GR.CAJ/P

Cajamarca,

04 SEP 2013

VISTO:

Los Expedientes N°(s) 993205 y 1030438, a través de los cuales la Dirección Regional de Salud Cajamarca, solicita la aprobación de la "Directiva para la Instalación de Quioscos Saludables y Elaboración de Loncheras Saludables en las Instituciones Educativas de Educación Básica Regular y Modalidades de la Educación de la Región Cajamarca" y;

CONSIDERANDO:

Que, con Oficio N° 1164-2013-GR.CAJ-DRSC/DEPS, de fecha 17 de abril del 2013, la Dirección Regional de Salud Cajamarca, hace llegar a la Gerencia Regional de Desarrollo Social, la propuesta de la Directiva para la Instalación de Quioscos Saludables y Elaboración de loncheras Saludables en la Instituciones Educativas de la Región Cajamarca, a fin de que se inicien los trámites pertinentes para su aprobación;

Que, con Oficio N° 1521-2013-GR.CAJ-DRSC/DEPS, de fecha 24 de mayo del 2013, la Dirección Regional de Salud Cajamarca, hace llegar el Informe Técnico emitido por la Dirección Ejecutiva de Promoción de Salud – Educación para Salud, a través del cual realizan la sustentación a la aprobación de la Directiva propuesta por la DIRESA Cajamarca, a fin de proseguir con el trámite para la emisión del acto administrativo correspondiente;

Que, en el artículo 191° de la Constitución la Constitución Política del Perú, se establece que los gobiernos regionales tienen autonomía política, económica y administrativa en los asuntos de su competencia, y en su artículo 192° señala que los Gobierno regionales promuevan el desarrollo y la economía regional, fomentan las inversiones, actividades y servicios públicos de su responsabilidad, en armonía con las políticas y planes nacionales y locales de la comunidad. En el artículo 7° Derecho a la salud, señala que todos tienen derecho a la protección de su salud, la del medio familiar y la de la comunidad así como el deber de contribuir a su promoción y defensa (...);

Que, conforme a los artículos 2° y 4° de la Ley N° 27867, los Gobiernos Regionales, son personas jurídicas de derecho público, con autonomía política, económica y administrativa en asuntos de su competencia, teniendo como finalidad esencial, entre otras, fomentar el desarrollo regional sostenible, garantizar el ejercicio pleno de los derechos y la igualdad de oportunidades de sus habitantes, de acuerdo con los planes y programas nacionales, regionales y locales de desarrollo; así mismo en su artículo 49° literal e, prescribe como función en salud, promover y ejecutar en forma prioritaria las actividades de promoción y prevención de la salud;

Que, la Ley N° 27783 – Ley de Bases de Descentralización, en su artículo 8° precisa que la autonomía es el derecho y la capacidad efectiva del Gobierno en sus tres niveles de normar, regular y administrar los asuntos públicos de su competencia; así mismo, en el artículo 5° señala que es misión de los Gobiernos Regionales es organizar y conducir la gestión pública de acuerdo a sus competencias exclusivas, compartidas y delegadas, en el marco de las políticas nacionales y sectoriales, para contribuir al desarrollo integral y sostenible de la región;

Que, la seguridad alimentaria es definida como "el acceso material y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos para todos los individuos de manera que puedan ser utilizados adecuadamente para satisfacer sus necesidades nutricionales y llevar una vida sana, sin correr riesgos indebidos de perder dicho acceso", siendo ésta reconocida a través de diferentes instrumentos internacionales, como el " Pacto internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales" de 1996, "el acceso a una comida variada y saludable es un derecho fundamental" – OMS Conferencia Anual de 1992, "El suministro de alimentos seguros y nutritivos es un prerrequisito para la promoción y promoción de la Salud – FAO – Cumbre de Alimentación Mundial 1996, y documentos nacionales como el

J. Ortiz Sanchez G- 6 – Urb. La Alameda – Cajamarca
 Teléfax: (076) 34-0645

GOBIERNO REGIONAL CAJAMARCA
 PRESENTA LA PRESENTE COPIA
 AUTÉNTICA EN SU CONTENIDO - EN TODA
 SU EXTENSION CON EL DOCUMENTO
 ORIGINAL QUE HE TENIDO A LA VISTA

05 SET. 2013

Cecilia Mariela Verastegui Abanto
 FEDATARIO



GOBIERNO REGIONAL CAJAMARCA

PRESIDENCIA REGIONAL



"Año de la Inversión para el Desarrollo Rural y la Seguridad Alimentaria"

"Reconocimiento del derecho de todos a la Alimentación en el marco de la perspectiva de los derechos básicos sociales, económicos y culturales, que obliga a diseñar e implementar sistemas, mecanismos, acciones que aseguren el acceso a esos derechos, cerrando las brechas existentes, para lograr el desarrollo del capital Humano y Social" – Perú. Estrategias Nacionales de Seguridad Alimentaria 2004-2015/ D.S. N° 066-2004-PCM;



Que, con Oficio N° 884-13-GR.CAJ-GRPPAT, de fecha 23 de agosto del 2013, la Gerencia Regional de Planeamiento, Presupuesto y Acondicionamiento Territorial, hace llegar a la Gerencia Regional de Desarrollo Social el Informe N° 18-2013-GR.CAJ-GRPPAT/SGDI, de fecha 21 de agosto del 2013, mediante el cual la Sub Gerencia de Desarrollo Institucional emite opinión favorable para la aprobación de la Directiva para la "Instalación de Quioscos Saludables y Elaboración de Loncheras Saludables en las Instituciones Educativas de Educación Básica Regular y Modalidades de la Educación de la Región Cajamarca", en atención a que se encuentra dentro del marco de las Políticas Públicas y Estrategias de Gobierno, periodo 2011-2014;



Que, siendo las Instituciones Educativas uno de los principales escenarios en donde los niños y adolescentes desarrollan sus vidas, por lo que los quioscos se convierten en lugares estratégicos para la promoción de hábitos saludables de alimentación, teniendo en cuenta que es en la etapa escolar en la cual se adquieren éstos hábitos, por lo que con la finalidad de poder instaurar comportamientos de una alimentación y nutrición saludable es particularmente propicia la adopción de los mismos, es necesario contar con una Directiva para la "Instalación de Quioscos Saludables y Elaboración de Loncheras Saludables en las Instituciones Educativas de Educación Básica Regular y Modalidades de la Educación de la Región Cajamarca";

En uso de las facultades conferidas por la Ley N° 27783, Ley de Bases de la Descentralización; Ley N° 27867, Ley Orgánica de Gobiernos Regionales, modificada por la Ley N° 27902; y con la Visación de la Dirección Regional de Asesoría Jurídica; Gerencia Regional de Desarrollo Social y conformidad de Gerencia General Regional;

SE RESUELVE:



ARTÍCULO PRIMERO.- APROBAR, "La Directiva para la Instalación de Quioscos Saludables y Elaboración de Loncheras Saludables en las Instituciones Educativas de Educación Básica Regular y Modalidades de la Educación de la Región Cajamarca".

ARTÍCULO SEGUNDO.- ENCARGAR a la Gerencia Regional de Desarrollo Social y áreas competentes del Gobierno Regional Cajamarca la implementación y monitoreo, a fin de dar cumplimiento a lo dispuesto en la presente Resolución.

ARTÍCULO TERCERO.- DISPONER que a través de Secretaría General se notifique la presente a la **Dirección Regional de Salud Cajamarca**, ubicada en la **Av. Mario Urteaga N° 500 – Cajamarca**, **Dirección Regional de Educación Cajamarca**, ubicada en el **Km 3.5 carretera Baños del Inca**, a la **Gerencia Regional de Desarrollo Social** ubicada en el **Jr. Ortiz Sánchez Mza. G Lote N° 06 – Urbanización La Alameda – Cajamarca**, conforme a Ley.

REGISTRESE, COMUNIQUESE, Y ARCHIVASE



Gregorio Santos Otero
PRESIDENTE REGIONAL



Jr. Ortiz Sanchez G- 6 – Urb. La Alameda – Cajamarca
Teléfax: (076) 34-0645







DIRECTIVA Nº 001 -2013-GR-CAJ/DIRESA-DRE

NORMAS PARA LA INSTALACIÓN DE QUIOSCOS SALUDABLES Y ELABORACIÓN DE LONCHERAS SALUDABLES EN LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE EDUCACIÓN BÁSICA REGULAR Y MODALIDADES DE LA EDUCACIÓN DE LA REGIÓN CAJAMARCA


I. ANTECEDENTES




La seguridad alimentaria definida como "el acceso material y económico a alimentos suficientes, inocuos y nutritivos para todos los individuos de manera que puedan ser utilizados adecuadamente para satisfacer sus necesidades nutricionales y llevar una vida sana, sin correr riesgos indebidos de perder dicho acceso, también es reconocida como un **derecho humano** en diferentes instrumentos jurídicos internacionales y en especial en el "Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales" (1966), del cual nuestro país es también signatario y por lo tanto tiene una relación vinculante para velar por su respeto, protección y cumplimiento. "El acceso a una comida variada y saludable es un derecho fundamental" (OMS: Conferencia anual de Nutrición de 1992). "El suministro de alimentos seguros y nutritivos es un prerrequisito para la protección y promoción de la salud" (FAO: Cumbre de Alimentación Mundial 1996). "Reconocimiento del derecho de todos a la Alimentación en el marco de la perspectiva de los derechos básicos sociales, económicos y culturales, que obliga a diseñar e implementar sistemas, mecanismos, acciones que aseguren el acceso a esos derechos, cerrando las brechas existentes, para lograr el desarrollo del capital humano y social" (Perú: Estrategia Nacional de Seguridad Alimentaria 2004-2015; D.S. Nº 066-2004-PCM).



La desnutrición -por un lado- y la obesidad infantil -por otro-, siguen siendo problemas a solucionar en el país. La desnutrición que afecta de un modo significativo a sectores importantes de la población, y la obesidad que presenta un incremento preocupante a lo largo de todo el territorio nacional, evidencian la necesidad de aumentar los esfuerzos en promover, desde la Institución Educativa, una dieta saludable y equilibrada en todos los grupos de edad, con especial hincapié en niños, niñas y adolescentes.




En la etapa escolar la adquisición de hábitos y comportamientos apropiados son la clave para una alimentación y nutrición saludable y es particularmente propicia para la adopción de los mismos. Igualmente, muchos de los buenos hábitos de los niños aprendidos en la escuela son asimilados por los adultos, por lo que intervenciones en alimentación y nutrición en la escuela, pueden apoyar a generar cambios a nivel familiar y comunitario.




La Institución Educativa es uno de los principales escenarios donde los niños y adolescentes desarrollan sus vidas por lo tanto los quioscos se convierten en lugares estratégicos para la promoción de hábitos saludables de alimentación; Un quiosco escolar saludable es un escenario que promueve la salud nutricional de la comunidad educativa, ofreciéndoles la posibilidad de optar por alternativas saludables de alimentación; asimismo, refuerza hábitos saludables en términos de consumo de alimentos sanos, compra saludable, inocuidad de los alimentos, porciones de alimentos, entre otros.

II. FINALIDAD



Los estudiantes pasan aproximadamente la cuarta parte del día en la institución educativa y por lo tanto deben dedicar tiempo a recuperarse y elegir alimentos para nutrirse y reponer las energías perdidas. Las loncheras escolares son importantes y necesarias para los niños en las etapas preescolares y escolar, ya que permiten cubrir las necesidades nutricionales y de energía indispensables para su organismo, asegurando así un rendimiento óptimo en la institución educativa. El proceso de crecimiento se da con mayor intensidad en la edad escolar, por lo que las loncheras deben ser **BALANCEADAS**, con contenido proteico de alto valor biológico como huevos, lácteos, carnes, y frutos secos como maní, nueces, entre otros.





El refrigerio además de proporcionar energía y otros nutrientes, ayuda a promover el consumo de alimentos producidos localmente, enseñar colores, olores, texturas y sabores, así como valores, identidad, solidaridad, respeto a los orígenes, revalorización de los productos locales y respeto a las costumbres culinarias de la zona. Asimismo, el refrigerio recarga las energías del alumno, contribuyendo a un buen rendimiento físico y mental durante el horario escolar y debe cubrir del 10 al 15% de los requerimientos calóricos que el alumno necesita diariamente.

Los alimentos que expende un quiosco saludable son alimentos naturales como frutas, verduras y otros que no requieran procedimientos previos para su consumo, así como alimentos envasados que cuenten con registro sanitario y tengan bajo contenido de grasas, azúcares y sal. Los quioscos escolares, deben utilizar alimentos obtenidos bajo sistemas agroecológicos como biohuertos o mediante otros sistemas como los hidropónicos o aeropónicos.

III. OBJETIVO

Promover el desarrollo de hábitos de alimentación saludable en la comunidad educativa, fomentando la incorporación de alimentos nutritivos en las loncheras escolares, así como el mejoramiento del valor nutricional de los alimentos ofertados en los quioscos escolares de las instituciones educativas.

Objetivos específicos:

- Promover la preparación de loncheras nutritivas utilizando productos de la región, con la participación comprometida de los padres de familia.
- Implementar en las Instituciones Educativas acciones de gestión institucional a favor de una alimentación saludable.
- Fomentar el valor nutritivo de los productos alimenticios que se venden en los quioscos escolares.
- Promover la incorporación del proyecto loncheras nutritivas y quiosco escolar saludable en los documentos de gestión de la Institución Educativa.
- Promover la valoración de aquellos productos propios de cada región, así como a las personas que los producen.
- Fomentar la disposición adecuada de residuos sólidos, dentro y fuera del quiosco.

IV. BASE LEGAL

- ✓ Constitución Política del Estado.
- ✓ Ley General de Educación N° 28044, y sus modificatorias las Leyes No. 28123, No. 28302 y No.28329.
- ✓ Ley de Bases de Descentralización, No.27783, modificada por las Leyes No. 27950 y No. 28139.
- ✓ Ley No.28988, Ley que declara la Educación Básica Regular como Servicio público esencial y su Decreto Supremo No. 013-2004-ED, que aprueba el Reglamento de Educación Básica Regular.
- ✓ Ley N° 30021, Promoción de la Alimentación Saludable para niños, niñas y adolescentes.
- ✓ Decreto Ley N° 25762: Ley Orgánica del Ministerio de Educación y su modificatoria Ley N° 26510.
- ✓ Decreto Supremo N° 007-2001-ED, aprueba las normas para la gestión y desarrollo de las actividades en los centros y programas educativos.
- ✓ Decreto Supremo 026-87-SA Reglamento de Funcionamiento Higiénico Sanitario de Quioscos Escolares.
- ✓ Decreto Supremo N° 006-2006-ED. Aplicación del Enfoque Ambiental "Guía para la Estrategia Instituciones Educativas para el Desarrollo Sostenible".
- ✓ Decreto Legislativo N° 1062 Ley de Inocuidad de los Alimentos.
- ✓ RM N° 155-2008-ED, Guía para el diseño, administración, funcionamiento, conducción y adjudicación de Quioscos en las instituciones educativas.
- ✓ RM Nro. 525-2009-MINSA "Directiva sanitaria para la limpieza y desinfección de centros educativos en el territorio nacional".
- ✓ Resolución Ministerial N°298-2011/MINSA, aprueba la Guía Técnica de Gestión de Promoción de la Salud en las Instituciones Educativas para el Desarrollo Sostenible.





- ✓ Resolución Ministerial N° 908-2012/MINSA, Aprueba la Lista de Alimentos Saludables recomendados para su expendio en los Quioscos Escolares de las Instituciones Educativas.
- ✓ Resolución Vice Ministerial No. 0017-2007-ED, que aprueban las Normas que establecen la Organización y la Ejecución de la Actividad Permanente de Movilización Social: "Escuelas Seguras, Limpias y Saludables".
- ✓ Reglamento sobre Vigilancia y Control Sanitario de los Alimentos y Bebidas, aprobado por el Decreto Supremo N°007-98-SA.
- ✓ Convenio Marco de Cooperación Técnica entre el Ministerio de Salud y Ministerio de Educación firmado el 2008 y su Adenda para el periodo 2011-2016.
- ✓ Convenio Marco de cooperación Técnica – Interinstitucional entre las Direcciones Regionales de Salud, Educación y Agricultura de Cajamarca, para mejorar el Desarrollo Humano en la Población Estudiantil de Educación Básica Regular y disfrutar de un Ambiente Saludable en el Ámbito de la Región Cajamarca.



ALCANCE

La presente Directiva será de aplicación obligatoria en todas las Instituciones Educativas de la Educación Básica Regular y modalidades de la Región Cajamarca.

VI. DISPOSICIONES GENERALES

- El quiosco o servicio de alimentación debe ubicarse en un lugar accesible a los estudiantes y alejado de los servicios higiénicos, de cualquier otro foco de contaminación o de malos olores.
- El quiosco debe contar con un lavadero de manos cercano y con sus respectivos utensilios de lavado de mano, debe estar limpio y desinfectado.
- El personal que brinda los servicios en el quiosco escolar debe tener hábitos de higiene personal, incluida la vestimenta.
- El quiosco escolar debe promocionar alimentos saludables (nutritivos e inocuos), de acuerdo con la Resolución que brinda las "Orientaciones para el consumo de alimentos saludables en las instituciones educativas de Educación Básica y Técnico Productiva.
- El funcionamiento del quiosco y la infraestructura deben ceñirse a lo establecido con la RM N° 155-2008-ED "Guía para el diseño, administración, funcionamiento, conducción y adjudicación de Quioscos en las instituciones educativas".
- El expendio de alimentos envasados debe tener la autorización sanitaria y mantenerse en buen estado de conservación.
- Debe promoverse el consumo de alimentos nativos.
- Los utensilios y menajes de preparación de alimentos deben mantenerse en buen estado y en condiciones higiénicas, con la finalidad de prevenir las enfermedades prevalentes
- El quiosco escolar debe usar de manera responsable el agua y la energía; asimismo, debe realizar limpieza y desinfección general en forma periódica.
- El quiosco escolar debe contar con un botiquín de primeros auxilios, para casos de emergencia.
- En el quiosco deben existir recipientes debidamente rotulados para depositar los residuos sólidos.
- El quiosco debe contar con zonas señalizadas de seguridad.
- El envase donde se coloquen los alimentos para la lonchera debe estar limpio y en buenas condiciones.
- La lonchera debe contener alimentos saludables, nutritivos e inocuos, tal como lo establece la resolución que da las "Orientaciones para el consumo de alimentos saludables, en las Instituciones educativas de Educación Básica y Técnico Productiva".
- Las loncheras saludables de los estudiantes deben contener: -Alimentos que les proporcionen proteínas, como huevos, leche, yogurt, quesos, carnes, leguminosas, quinua, kiwicha, etc. - Alimentos que les aporten energía procedente de los carbohidratos y grasas como papa, camote, yuca, pan, frutos secos. -Alimentos que les brinden vitaminas y minerales: frutas y





verduras. -Líquidos que les hidraten como infusiones, refrescos o jugos preparados de frutas naturales o de kiwicha, quinua o algún cereal como avena, cebada, etc., propios de cada zona, y bajos en azúcar.

- El espacio donde se consumen las loncheras o refrigerios debe estar señalizado y libre de obstáculos.
- En el aula o ambiente donde se consumen los refrigerios o loncheras se debe hacer uso ecoeficiente del agua; asimismo, los estudiantes deben participar en el ordenamiento y limpieza del ambiente utilizado en su refrigerio.

Recomendaciones saludables:

1. Lavarse las manos antes de consumir cualquier alimento y después de ir al baño.
2. Comer pausadamente y con moderación.
3. Hacer ejercicio todos los días.
4. Cepillarse los dientes después de comer.
5. No olvides que la comida chatarra como gaseosas, galletas, golosinas o snacks salados no contribuyen a tu nutrición.
6. Beber como mínimo 06 vasos de líquido al día.
7. En el quiosco debe existir trato amable y cooperativo de parte del concesionario y los estudiantes.
8. Las loncheras deben contener alimentos nativos o propios de la localidad, saludables y ricos en nutrientes.
9. Los estudiantes participan en el ordenamiento y limpieza del ambiente utilizado en su refrigerio.
10. Disminuir el tiempo que pasas frente al televisor o computadora.
11. Hacer las tareas del hogar (barrer, lavar, etc.).
12. No es recomendable acompañar el refrigerio con mayonesa, mostaza o cualquier salsa.

DEFINICIONES:

Alimento: Es toda sustancia o producto que en su estado natural o elaborado presenta características que lo hacen apto y agradable al consumo humano a fin de satisfacer las necesidades calórico proteico para crecer, desarrollar y vivir. Los alimentos aportan energía y nutrientes que el organismo humano necesita para realizar sus diferentes funciones y mantener su salud.

Alimentación: Consiste en la ingestión de una serie de sustancias que tomamos del mundo exterior y que forman de nuestra dieta. La alimentación es un acto voluntario y consciente que aprendemos a lo largo de nuestra vida. La alimentación puede no ser la adecuada y está influenciada por diversos factores como los medios de comunicación.

Alimentación saludable: Referida a la alimentación variada que aporta la energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana permitiéndole una mejor calidad de vida en todas las edades. Los nutrientes esenciales son: Proteínas, Carbohidratos, Lípidos, Vitaminas, Minerales; también se considera al agua. La alimentación saludable previene de enfermedades como la desnutrición, la obesidad, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares, la diabetes, la anemia, la osteoporosis y algunos tipos de cáncer.

Energía: Es la combustión que se produce al interior del organismo al quemar los nutrientes para desarrollar las funciones vitales como mantener la temperatura corporal, la actividad metabólica, la actividad física, el crecimiento y la síntesis en las células de los tejidos. La unidad de expresión son las calorías o kilocalorías (Kal). La cantidad de energía que necesita una persona depende de su edad, sexo, estado fisiológico y actividad física que realiza.

Nutrición: Es la ciencia que se ocupa de estudiar los alimentos y su relación con la salud. También es el conjunto de procesos mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía que permite el funcionamiento normal de los tejidos y órganos, el crecimiento y el mantenimiento general de la vida.





Macro nutrientes: Son alimentos que están constituidos por elementos químicos orgánicos complejos y que el organismo requiere en mayor cantidad para su nutrición. Estos son los carbohidratos (formados por almidón, azúcares y fibra), las proteínas (formadas por cadenas de aminoácidos) y los lípidos (formados por ácidos grasos).

Micro nutrientes: Son alimentos constituidos por elementos químicos menos complejos y que el organismo necesita en pequeñas cantidades para su nutrición. Estos son: las vitaminas liposolubles (A, D, E y K) e hidrosolubles (C y del Complejo B); y los minerales, que se dividen en macro elementos (Calcio, hierro, magnesio, yodo, fósforo, potasio) y los micro elementos (manganeso, cobre, zinc, cobalto y flúor).

Grupos de alimentos: Los alimentos se han agrupado en base a sus características similares, al contenido nutricional y formas de preparación. Consideramos 6 grupos de alimentos:

- **Cereales, tubérculos y menestras**, este grupo se caracteriza por proveer *energía*, mayormente procedente de almidones y contienen otros nutrientes en pequeñas cantidades. Entre los alimentos pertenecientes a este grupo tenemos: **Cereales:** arroz, trigo, maíz, avena, quinua, quiwicha. **Tubérculos y raíces:** papa, camote, yuca, arracacha, maca, mashua, etc. **Menestras:** lentejas, arvejas secas, garbanzos, frijoles, pallares, chocho. También se considera en este grupo a sus derivados como: harinas, fideos, pan, alimento deshidratado (chuño, papa seca). El plátano verde consumido sancochado o frito también es considerado en este grupo por contener mayormente carbohidratos.
- **Verduras**, son fuentes principalmente de vitaminas y minerales. En este grupo se considera a las diferentes partes comestibles de las plantas, así tenemos a los **Tallos** como apio, espárrago y poro. Entre las **hojas** a la espinaca, acelga, col, lechuga, entre otras hojas comestibles. **Flores** como la coliflor, brócoli. **Frutos** como zapallo, tomate, calabaza, berenjena, pepino, palta, arvejas y habas frescas. **Hierbas** como el huacatay, culantro, hierba buena, paico, perejil, etc. Asimismo se considera verduras a algunos **tubérculos y raíces** como el olluco, oca, zanahoria, nabo, rabanitos.
- **Frutas**, proporcionan vitaminas, carbohidratos y fibra. Son alimentos muy aceptables por su sabor dulce y agradable. En el Perú existe una variedad de frutas, así tenemos la naranja, mandarina, lima, fresa, manzana, mango, melón, mamey, níspero, maracuyá, papaya, tumbo serrano, plátano, manzana, piña, chirimoya, tuna, melón, sandía, yacón, durazno, ciruela, guinda, capulí, pasas, higos, etc.
- **Lácteos**, estos alimentos son excelentes fuentes de proteínas y minerales como el calcio que sirve para formar tejidos y fortalecer huesos y dientes. En este grupo se ha considerado a la leche en sus diferentes presentaciones: fresca, evaporada, en polvo y sus derivados como queso, yogur.
- **Carnes**, nos proveen de proteínas y en caso de las carnes rojas también proporcionan minerales como el hierro. Se le denomina carne a los músculos y vísceras de los animales, utilizados en la alimentación, entre estos tenemos: res, cordero, cerdo, alpaca, llama, pato, pollo, codorniz, pavo, cuy, conejo, pescado, mariscos. Entre las vísceras tenemos, hígado, riñón, mondongo, corazón, bofe, molleja, lengua, sesos, testículos, etc. También se considera en este grupo a la sangre de los animales de crianza para consumo humano, y animales de consumo regional. Asimismo los huevos de aves gallina, pato, paloma, codorniz, ganso, pavo.
- **Aceites y azúcares**, están integrados por alimentos que son principalmente fuente de energía como: aceite, manteca, mantequilla, crema de leche, semillas oleaginosas (maní, pecanas, nueces, castañas, avellanas, almendras, etc.) azúcar blanca, rubia, miel, chancaca.

Alimentación equilibrada: Es aquella que contiene los grupos de alimentos, en la cantidad, variedad y combinación adecuadas, teniendo en cuenta la edad de la persona, el sexo, el estado fisiológico y la actividad que realiza.

Desnutrición: Es una enfermedad producida por un consumo insuficiente de nutrientes. Las personas desnutridas tienen un bajo peso corporal y en los niños se produce un retraso en el crecimiento y





desarrollo psicomotor. La desnutrición produce una disminución de la capacidad para defenderse de las enfermedades infecciosas y aumenta el riesgo de muerte. En los escolares se traduce además en una disminución del rendimiento escolar y en los adultos falta de energía para trabajar y realizar las actividades diarias.

Obesidad: Es una enfermedad caracterizada por una cantidad excesiva de grasa corporal o tejido adiposo en relación a la masa corporal del ser humano. La Organización Mundial de la Salud, considera a la obesidad como una enfermedad y además un factor de riesgo para tener altos niveles de lípidos sanguíneos, hipertensión, enfermedades del corazón, diabetes y ciertos tipos de cáncer.

Manipulación de alimentos: Proceso manual a cargo de personas que preparan alimentos en todas sus etapas desde la producción, operaciones del cultivo y recolección, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte, distribución y venta de los alimentos.

Quioscos: Los refrigerios deben cumplir con los requisitos mínimos de limpieza e higiene, tanto en su preparación como en su distribución para que no hagan daño.

Quiosco Escolar Saludable

Es un espacio donde se venden alimentos saludables para las y los estudiantes, según normas sanitarias de calidad e higiene, promoviendo comportamientos saludables en la comunidad educativa.

Lonchera Escolar Saludable

Es una preparación que se consume entre comidas, es decir no reemplaza a ninguna de las comidas habituales (desayuno, almuerzo o cena).

La lonchera escolar saludable contiene entre 250 a 300 calorías. Esta cantidad de calorías está de acuerdo con la edad, estatura y actividad física de niños y jóvenes.

Características de la lonchera escolar saludable:

- .*Deben ser fáciles de preparar:* Utilizar alimentos de fácil preparación.
- .*Práctico de llevar:* Que permite el uso de envases simples e higiénicos.
- .*Ligero:* Evitar preparaciones grasosas y abundantes.
- .*Nutritivo:* Que aporte entre el 10 al 15% de los requerimientos de energía del escolar con estado nutricional normal.
- .*Variado:* que contenga variedad en color y sabor.
- .*Económico:* que no genere mucho gasto.

VII. RESPONSABILIDADES

De la Dirección Regional de Educación

La DRE Cajamarca será la responsable de la implementación, monitoreo, supervisión y evaluación de la presente Directiva.

De la Dirección Regional de Salud

La DIRESA Cajamarca será la responsable de proponer el tipo de loncheras saludables y vigilar la calidad sanitaria de los alimentos que se expenden en los quioscos escolares saludables.

VIII. DISPOSICIONES FINALES

- La presente Directiva deberá ser de conocimiento de todo el personal de la DRE Cajamarca y de todo el personal de la DIRESA Cajamarca. Asimismo, deberá hacerse extensivo a los estudiantes y padres de familia de todas las Instituciones Educativas.
- La DRE Cajamarca en coordinación con La DIRESA Cajamarca serán los responsables de evaluar el avance de la implementación de la presente Directiva.
- Cualquier acción imprevista será absuelta por la Gerencia del Desarrollo Social del Gobierno Regional a través de la Dirección Regional de Educación y la Dirección Regional de Salud



GOBIERNO REGIONAL CAJAMARCA
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
Dr. Reinaldo Nuñez Campos
DIRECTOR GENERAL



Ministerio de Educación
GOBIERNO REGIONAL
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
Lic. FÉLIX JOSÉ SILVA URBANO
Dirección Regional de Educación
CAJAMARCA



ANEXO 1

PROPUESTA DE LONCHERAS SALUDABLES

Refrigerio Pre Escolar Saludable

Nivel Inicial

1. PAN CON POLLO Y VERDURAS - CHICHA MORADA - MANDARINA

Ingredientes:

Pan con Pollo y Verduras

- ✓ Un pan.
- ✓ Tres cucharadas de pollo desmenuzado.
- ✓ Una hoja de lechuga.
- ✓ Una rodaja de tomate.
- ✓ Limón.
- ✓ Sal yodada.

Chicha Morada

- ✓ Un cuarto de mazorca de maíz morado.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Un limón.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una mandarina pequeña.

Energía: 196 Kcal.

Proteína: 8,5 g.

Hierro: 1,2 mg.

2. YOGUR - REFRESCO DE CEBADA - PLÁTANO DE SEDA

Ingredientes:

Yogurt:

- ✓ Medio de vaso de yogur descremado

Refresco de Cebada

- ✓ Una cucharada de cebada.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Un limón.

Fruta

- ✓ Una plátano de seda mediano

Energía: 200 Kcal.

Proteína: 5,9 g.

Hierro: 0,9 mg.

3. PAPA CON QUESO - CHICHA MORADA - DURAZNO

Ingredientes:

Papa con Queso

- ✓ Una papa amarilla mediana.
- ✓ Una tajada de queso fresco.

Chicha Morada

- ✓ Un cuarto de mazorca de maíz morado.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Un limón.
- ✓ Canela, clavo de olor

Fruta

- ✓ Un durazno mediano

Energía: 198 Kcal.

Proteína: 6,3 g.

Hierro: 0,9 mg.

4. PAPA CON HUEVO DE CODORNIZ – REFRESCO DE CARAMBOLA - MANDARINA

Ingredientes:

Papa con Huevo de Codorniz

- ✓ Media papa amarilla mediana.
- ✓ Cuatro huevos de codorniz sancochados.

Refresco de Carambola

- ✓ Media carambola pequeña.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.





Energía: 169 Kcal.
Proteína: 6,9 g.
Hierro: 1,1mg.

5. CHOCLO CON QUESO – LIMONADA - MANDARINA

Ingredientes:

Choclo con Queso

- ✓ Media taza de choclo desgranado.
- ✓ Una tajada de queso fresco.

Limonada

- ✓ Un limón.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 188 Kcal.
Proteína: 7,1 g.
Hierro: 1,1 mg.

6. PAN CON TORTILLA DE VERDURAS – REFRESCO DE MANZANA – MANZANA

Ingredientes:

Pan con Tortilla de Verduras

- ✓ Un pan.
- ✓ Un huevo.
- ✓ Una cabeza de cebolla pequeña.
- ✓ Una cucharada de zanahoria rallada.
- ✓ Una cucharada de aceite vegetal.
- Sal yodada.

Refresco de Manzana

- ✓ Una manzana de agua pequeña.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una manzana mediana.

Energía: 189 Kcal.
Proteína: 2,6 g.
Hierro: 2,2 mg.

7. GALLETA Y HUEVOS DE CODORNIZ – REFRESCO DE PIÑA - GRANADILLA

Ingredientes:

Galleta y Huevos de Codorniz

- ✓ Medio paquete de galletas bajas en grasa y sal (cuatro unidades).
- ✓ Cuatro huevos de codorniz.

Refresco de Piña

- ✓ Un trozo de piña pequeño.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una granadilla mediana

Energía: 197 Kcal.
Proteína: 7,9 g.
Hierro: 1,0 mg.

8. PAN CON SANGRECITA AL JUGO – LIMONADA - MANDARINA

Ingredientes:

Pan con Sangrecita al Jugo

- ✓ Un pan.
- ✓ Dos cucharadas colmadas de sangre de pollo sancochada.
- ✓ Una cucharadita de aceite vegetal.
- ✓ Una cabeza pequeña de cebolla china.
- ✓ Sal yodada.

Limonada

- ✓ Un limón.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana

Energía: 198 Kcal.
Proteína: 6,2 g.
Hierro: 6,6 mg.





Nivel Primario

1. PAN CON POLLO Y VERDURAS – REFRESCO DE CARAMBOLA - DURAZNO

Ingredientes:

Pan con Pollo y Verduras

- ✓ Un pan.
- ✓ Tres cucharadas de pollo desmenuzado.
- ✓ Un trozo de zanahoria pequeña.
- ✓ Una hoja de lechuga.
- ✓ Dos rodajas de tomate.
- ✓ Limón.
- ✓ Sal yodada.

Refresco de carambola

- ✓ Media carambola mediana.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Un durazno mediano.

Energía: 207 Kcal.

Proteína: 8,5 g.

Hierro: 1,2 mg.

2. CHOCLO REBOZADO CON HUEVO – REFRESCO DE CEBADA - TUNA

Ingredientes:

Choclo rebozado con huevo

- ✓ Medio choclo desgranado.
- ✓ Medio huevo.
- ✓ Una cucharadita de aceite vegetal.
- ✓ Sal yodada.

Refresco de cebada

- ✓ Dos cucharadas de cebada.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Un limón.

Fruta

- ✓ Una tuna mediana.

Energía: 214 Kcal.

Proteína: 5,8 g.

Hierro: 1,2 mg.

3. PAN CON PEJERREY FRITO – LIMONADA - MANDARINA

Ingredientes:

Pan con pejerrey frito

- ✓ Un pan.
- ✓ Un pejerrey pequeño.
- ✓ Una cucharada colmada de harina.
- ✓ Una cucharadita de aceite vegetal.
- ✓ Una hoja de lechuga.
- ✓ Dos rodajas de tomate.
- ✓ Sal yodada.

Refresco de carambola

- ✓ Un limón.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 235 Kcal.

Proteína: 8,3 g.

Hierro: 1,0 mg.

4. PAN CON PALTA Y HUEVO SANCOCHADO – REFRESCO DE MANZANA - GRANADILLA

Ingredientes:

Pan con palta y huevo

- ✓ Un pan.
- ✓ Dos cucharadas de palta.
- ✓ Un huevo sancochado.
- ✓ Una hoja de lechuga.
- ✓ Sal yodada.

Refresco de manzana

- ✓ Una manzana para agua.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una granadilla mediana.

Energía: 244 Kcal.

Proteína: 7,5 g.

Hierro: 1,7 mg.





5. PAN CON QUESO Y ESPINACA – REFRESCO DE MEMBRILLO - MANDARINA

Ingredientes:

Pan con queso y espinaca

- ✓ Un pan.
- ✓ Una tajada de queso fresco.
- ✓ Dos hojas de espinaca.

Refresco de membrillo

- ✓ Medio membrillo mediano.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una mandarina pequeña.

Energía: 230 Kcal.

Proteína: 6,7 g.

Hierro: 1,6 mg.

6. PAN CON ATÚN – REFRESCO DE PIÑA - MANDARINA

Ingredientes:

Pan con atún

- ✓ Un pan.
- ✓ Dos cucharadas colmadas de atún en conserva.
- ✓ cebolla.
- ✓ Medio limón.

Refresco de piña

- ✓ Un trozo pequeño de piña.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una mandarina pequeña.

Energía: 215 Kcal.

Proteína: 9,2 g.

Hierro: 1,0 mg.

7. PAN CON SANGRECITA AL JUGO – LIMONADA - MANDARINA

Ingredientes:

Pan con sangrecita al jugo

- ✓ Un pan.
- ✓ Dos cucharadas colmadas de sangre de pollo sancochada.
- ✓ Una cucharadita de aceite vegetal.
- ✓ Una cabeza de cebolla pequeña.

Limonada

- ✓ Un limón.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 217 Kcal.

Proteína: 6,2 g.

Hierro: 6,7 mg.





Nivel Secundario



**ENSALADA DE FRUTAS CON YOGUR –
REFRESCO DE CEBADA**

Ingredientes:

Ensalada de frutas con yogur descremado

- ✓
- ✓ Media taza de yogur descremado.
- ✓ Media manzana mediana.
- ✓ Medio racimo de uvas.
- ✓ Una rodaja de tuna.
- ✓ Una tajada de papaya.
- ✓ Un trozo pequeño de sandía.
- ✓ Media mandarina mediana.

Refresco de cebada

- ✓ Dos cucharadas de cebada.
- ✓ Una y media cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Un limón.

Energía: 293 Kcal.

Proteína: 6,7 g.

Hierro: 2,6 mg.

**2. PAN CON ATÚN – REFRESCO DE PIÑA -
MANDARINA**

Ingredientes:

Pan con atún

- ✓ Un pan.
- ✓ Tres cucharadas colmadas de atún en conserva.
- ✓ cebolla.
- ✓ Medio limón.

Refresco de piña

- ✓ Un trozo pequeño de piña.
- ✓ Una cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 159 Kcal.

Proteína: 6,1 g.

Hierro: 0,8 mg.



**3. PAPA CON QUINUA A LA HUANCAÍNA –
REFRESCO DE MEMBRILLO -
MANDARINA**

Ingredientes:

Papa con quinua a la huancaína

- ✓ Un puñado de quinua.
- ✓ Tres cucharadas de leche.
- ✓ Media tajada de queso fresco.
- ✓ Un cuarto de huevo sancochado.
- ✓ Una hoja de lechuga.
- ✓ Una aceituna.
- ✓ Una papa blanca pequeña.
- ✓ Media cucharada de ají amarillo molido.
- ✓ Un trozo de cebolla.
- ✓ Un cuarto de cucharadita de ajo molido.
- ✓ Una cucharada de aceite vegetal.
- ✓ Sal yodada.

Refresco de membrillo

- ✓ Medio membrillo.
- ✓ Una y media cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Canela, clavo de olor.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 320 Kcal.

Proteína: 10,5 g.

Hierro: 2,5 mg.

**4. CHOCLO CON QUESO – REFRESCO DE
CEBADA - MANDARINA**

Ingredientes:

Choclo con queso

- ✓ Medio choclo fresco.
- ✓ Una tajada de queso fresco.

Refresco de cebada

- ✓ Dos cucharadas de cebada.
- ✓ Una y media cucharadita de azúcar rubia.
- ✓ Un limón.



Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 328 Kcal.

Proteína: 10,2 g.

Hierro: 1,9 mg.

**6. PAPA CON HUEVO SANCOCHADO –
REFRESCO DE MARACUYÁ - MANDARINA**

Ingredientes:

Papa con huevo sancochado

- ✓ Una papa blanca mediana.
- ✓ Un huevo sancochado.
- ✓ Sal yodada.

Refresco de maracuyá

- ✓ Media maracuyá mediana.
- ✓ Una y media cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una mandarina mediana.

Energía: 237 Kcal.

Proteína: 8,4 g.

Hierro: 1,8 mg.



**5. PAN CON POLLO Y ESPINACA –
LIMONADA - MANZANA**

Ingredientes:

Pan con pollo y espinaca

- ✓ Un pan.
- ✓ Cuatro cucharadas de pollo desmenuzado.
- ✓ Una hoja de espinaca.
- ✓ Sal yodada.

Limonada

- ✓ Un limón.
- ✓ Una y media cucharadita de azúcar rubia.

Fruta

- ✓ Una manzana mediana.

Energía: 290 Kcal.

Proteína: 8,8 g.

Hierro: 4,3 mg.





PROPUESTA DE LONCHERAS SALUDABLES CON PRODUCTOS PROPIOS DE LA REGIÓN CAJAMARCA

Nivel Inicial

1. Bolitas de kiwicha + refresco de maracuyá + durazno.
2. Dulce de camote + refresco de cebada + manzana.
3. Habas sancochadas + queso fresco + chicha morada + tuna.
4. Dulce de quinua + huevo sancochado + limonada + granadilla.
5. Camote asado + hígado frito + lima + refresco de aguaymanto.
6. Chocho sancochado con queso + chicha morada + durazno.
7. Budín de arracacha + refresco de membrillo + capulí.
8. Bocaditos de quinua con oca y queso + refresco de cebada + mango.
9. Postre de kiwicha + refresco de poro poro + higo.
10. Mazamorra de oca con leche + refresco de cebada + lima.
11. Mazamorra de zapallo con naranja, + refresco de quinua.
12. Pan con tortilla de espinaca + refresco de tuna + aguaymanto.
13. Queque de quinua + leche + granadilla.
14. Champús de quinua + pan con huevo sancochado + berenjena.

Nivel Primario

1. Oca sancochada con quesillo + refresco de membrillo + tuna.
2. Pye de mashua + refresco de aguaymanto y lima.
3. Torrejita de yuca + lima + refresco de manzana de huerta.
4. Hamburguesa de cuy + limonada + durazno.
5. Quesillo con miel + refresco de cebada + mango.
6. Dulce de Chiclayo con leche + refresco de chicha morada + capulí.
7. Humita con queso + refresco de tuna + aguaymanto.
8. Tortilla de chocho + limonada + capulí.
9. Pan con manjar blanco de chirimoya + refresco de poro poro.

Nivel Secundario

1. Humita con quesillo + refresco de membrillo + lima.
2. Papa rellena con cuy + refresco de maracuyá + capulí.
3. Ocopa con hojas de quinua y oca sancochada + refresco de membrillo.
4. Dulce de oca con leche + refresco de manzana de huerta + berenjena.
5. Tamal de maíz + limonada + granadilla.
6. Pan con mermelada de sauco + refresco de quinua + mango.
7. Ensalada de frutas con yogur + refresco de cebada.





ANEXO 2



LISTA DE ALIMENTOS SALUDABLES RECOMENDADOS PARA SU EXPENDIO EN LOS QUIOSCOS ESCOLARES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVA (Aprobado por el MINSA)

1. Cereales

- Cereales no refinados: kiwicha, quinua, kañihua, centeno, trigo, cebada, arroz, maíz y sus productos derivados **en preparados** bajos en sal, bajos en aceite, y/o bajos en azúcar.
- Productos de panificación y galletería: pan campesino, pan de cebada, pan de labranza, pan francés, entre otros de la localidad, así como panes, tostados y galletas con bajo contenido en sal, azúcar y grasas trans.



2. Frutas, Vegetales (hortalizas, legumbres) y Tubérculos

- Frutos secos o semillas envasadas: maní, pecanas, nueces, habas, pasas, guindones, ajonjolí, almendras, castañas, etc., al natural o tostados sin adición de azúcar o sal.
- Frutas frescas de estación, disponibles localmente según ámbitos geográficos, previamente lavadas y desinfectadas.
- Verduras y hortalizas frescas de estación, disponibles localmente, según ámbitos geográficos previamente lavadas y desinfectadas, **preparadas y sin cremas**.
- Tubérculos y raíces sancochadas: papa, olluco, oca, mashua, chuño o moraya, yacón, yuca, camote, arracacha, dale dale, uncucho, entre otros, en **preparados** bajos en sal.
- Legumbres: habas, tarwi, sancochadas o tostadas bajas en sal y/o aceite.



3. Líquidos

- Jugos de frutas naturales de estación, disponibles localmente **lavadas** (para el caso de fresas deben ser desinfectadas) y sin azúcar o con bajo contenido de azúcar, preparados al momento.
- Refrescos de frutas naturales de estación previamente **lavadas** con bajo contenido de azúcar, disponibles localmente según ámbitos geográficos.
- Infusiones de hierbas aromáticas como: manzanilla, anís, hierbaluisa, hoja de coca, boldo, manayupa, cedrón, muña, jazmín, entre otras, frías o calientes sin o con bajo contenido de azúcar.
- Agua hervida o envasada con o sin gas.



4. Lácteos y derivados

- Leches enteras, semidescremadas o descremadas **pasteurizadas, no saborizadas**, sin colorantes, sin o con bajo contenido de azúcar.
- Yogures semi descremados o descremados con bajo contenido de azúcar.
- Quesos frescos pasteurizados u otros bajos en sal y grasas.



5. Alimentos preparados

Preparaciones elaboradas con los alimentos indicados en la presente lista en condiciones higiénicas, como por ejemplo:

- Ensalada de frutas
- Ensalada de vegetales preparados y sin cremas.
- Chapo, plátano asado, entre otras preparaciones de cada región.
- Carnes frescas o secas preparados para sándwiches u otros: pescado de mar o de río, pollo, pavo, res, pota, majaz, sajino u otros; guisados, sancochadas, horneados o a la plancha, bien cocidos, sin salsas, ni cremas ni ají.





- Visceras preparados para sánquches u otros: sangrecita, mollejitás, hígado, corazón, entre otros; guisados, sancochadas, horneados o a la plancha, bien cocidos; sin salsas, ni cremas ni aif

INDICACIONES PARA SER TOMADAS EN CUENTA:

Los alimentos deben ser preparados en ambientes que reúnan las condiciones sanitarias que establezca la autoridad competente, así también se deberá desarrollar las buenas prácticas de manipulación, limpieza y desinfección a fin de asegurar su calidad sanitaria. Las preparaciones deben realizarse en el día y ser consumidas de inmediato.



Los productos industrializados deberán contar con registro sanitario y fecha de vencimiento vigente, además la información consignada en el rotulado de estos productos deberá cumplir con lo establecido en el Artículo 117° del Reglamento sobre Vigilancia Sanitaria y Control Sanitario de Alimentos y Bebidas, aprobado por Decreto Supremo N° 007-98/SA.

Para el caso de alimentos perecibles como las carnes, leche y sus derivados, el establecimiento debe contar con equipos de refrigeración que permitan mantener la cadena de frío.

- Definiciones de ingredientes añadidos para alimentos preparados sólidos:

Bajo en azúcar	≤ 5g (1 cucharita) por 100 g
Bajo en Sal	1,25 g (1/4 cucharita) por 100g
Bajo en aceite	≤ 3g (1 cucharita) por 100 g

- Definiciones de ingredientes añadidos para alimentos preparados líquidos:

Bajo en azúcar	6.25 g (1 1/4 cucharita) por vaso de 250 ml
----------------	---





ANEXO 3: FICHA PARA EVALUACIÓN SANITARIA DE QUIOSCOS ESCOLARES

IDENTIFICACION:
 Nombre del Centro Educativo: UGEL:
 Dirección: Distrito: Prov.:
 Nombre del Director del Centro Educativo: Profesor Responsable:
 Responsable de APAFA: Responsable del Equipo Escolar de Salud:
 Responsable del Quiosco: N° Manipuladores: H..... M.....
 Inspector de Salud: Establecimiento de Salud:

I. DEL QUIOSCO: Estructura y Saneamiento Básico		Calificación	1V	2V	3V	4V
1. Se ubica lejos de los SS.HH. u otros focos de contaminación o de malos olores	SI=2					
2. Está construido de material resistente, impermeable, de fácil limpieza y de color claro	SI=2					
3. Se observa un buen estado de conservación y limpieza (pisos, paredes y techo)	SI=2					
4. El ambiente facilita el desarrollo de las actividades de manipulación de alimentos	SI=2					
5. El mobiliario se encuentran en buen estado de conservación y limpieza	SI=2					
6. Utilizan agua corriente y segura (0.5 ppm cloro libre residual), en cantidad suficiente	SI=4					
7. Cuenta con sistema de desagüe operativo	SI=4					
8. La basura se dispone en tachos con tapa y bolsa sanitaria y se elimina a diario	SI=4					
9. No existe evidencia de la presencia de insectos y roedores (excretas, orina)	SI=4					
II. DEL PERSONAL: Prácticas de Higiene y Capacitación		Calificación				
1. Reciben control médico periódico y no muestra indicios de enfermedad	SI=4					
2. Reciben capacitación periódica en higiene y manipulación de alimentos	SI=4					
3. Tienen los cabellos cortos o recogidos, limpios y totalmente cubiertos	SI=2					
4. Aseo y presentación personal adecuada con indumentaria completa de color claro y limpio	SI=2					
5. Manos, sin cortes, ulceraciones ni otras afecciones a la piel, sin joyas; uñas limpias, cortas y sin esmalte	SI=4					
6. No estornudan, tosen, hablan ni fuman sobre los alimentos cuando los preparan y/o expenden	SI=2					
7. Se lavan y desinfectan las manos para manipular los alimentos	SI=4					
8. No coge o toca dinero u otro contaminante cuando manipula alimentos	SI=4					
III. DE LOS ALIMENTOS: Protección y Buenas Prácticas de Manipulación		Calificación				
1. Adquieren alimentos industrializados que cuentan con Registro Sanitario y Fecha de Vencimiento vigente	SI=4					
2. Utilizan frutas y verduras frescas, limpias e íntegras para la preparación de alimentos	SI=2					
3. Lavan y desinfectan las frutas y verduras a consumirse crudas	SI=4					
4. Los utensilios utilizados están en buen estado de conservación y son de fácil limpieza	SI=2					
5. La tabla de picar es de material sanitario y se encuentra en buen estado de conservación y limpieza	SI=4					
6. Existen refrigeradoras o conservadoras de alimentos operativas y limpias	SI=2					
7. Los alimentos que requieren refrigeración son conservados a temperaturas de 0 a 5°C	SI=4					
8. Las cremas y ajíes preparados son conservados en refrigeración y en depósitos con tapa	SI=2					
9. Realizan cocción completa de alimentos (carne, pollo, pescado, mariscos)	SI=4					
10. Evitan la contaminación cruzada ni utilizan preparaciones del día anterior	SI=2					
11. Para frituras utilizan aceite de aspecto limpio, color claro y sin olor a rancio	SI=2					
12. Los alimentos son protegidos y exhibidos en vitrinas evitando así su contaminación	SI=2					
13. Los alimentos son expendidos inmediatamente después de su preparación	SI=2					
14. Vajilla y cubiertos deben estar protegidos del polvo, insectos u otro tipo de contaminación	SI=2					
15. No se expenden cigarrillos y/o bebidas alcohólicas en el quiosco	SI=2					
Total de Puntaje Obtenido		92				
Porcentaje del Puntaje Obtenido		100%				
Fecha						
75% al 100% (75 a 92 puntos) : ACEPTABLE						
51% al 74% (51 a 74 puntos) : EN PROCESO						
Menor a 50% (0 a 50 puntos) : NOACEPTABLE						

OBSERVACIONES:

VISITA	FIRMAS	
	RESP. QUIOSCO	INSPECTOR
V1		
V2		
V3		
V4		

