

DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN

---

**PROYECTO 63-1R** ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL PARA LAS FAMILIAS TLAXCALTECAS  
(RECURSO FEDERAL Y ESTATAL)

**ACTIVIDAD 06A1** DISEÑAR DOTACIONES BAJO CRITERIOS DE CALIDAD NUTRICIA.

  
**C.P. IVÁN HERNÁNDEZ MÉNDEZ**

JEFE DEL DEPARTAMENTO DE ASISTENCIA ALIMENTARIA Y NUTRICIÓN

---



**DOTACIÓN DESAYUNOS ESCOLARES MODALIDAD CALIENTE**

<b>Población a la que se dirige el apoyo:</b>		Preescolares, escolares, secundaria o bachillerato		
<b>Número de beneficiarios para los que fue calculada la dotación:</b>		20		
<b>Número de días para los que fue calculada la dotación:</b>		20		
Insumo		Presentación del insumo	Número de unidades por dotación	Calificación de la dotación (aprueba si > 7.5)
1	Aceite vegetal comestible	Botella de 500 ml	3	10
2	Pasta para sopa integral	Paquete de 200 g	3	
3	Atún aleta amarilla en agua	Lata de 140 g	5	
4	Lenteja nacional última cosecha	Bolsa de 500 g	2	
5	Arroz pulido súper extra	Bolsa de 1 kg	3	
6	Avena en hojuelas	Bolsa de 400 g	2	
7	Garbanzo seco	Bolsa de 500 g	1	
8	Haba seca	Bolsa de 500 g	1	
9	Frijol negro última cosecha	Bolsa de 1 kg	3	
10	Harina de amaranto	Bolsa de 500 gramos	1	
11	Chayote	1 kg	1	
12	Papa blanca	1 kg	1	
13	Manzana	1 kg	1	
14	Jícama	1 kg	1	
15	Nopal salmuera	Bolsa de 500 g	1	
16	Pepino	1 kg	1	
17	Cebolla blanca	1 kg	1	
18	Zanahoria	1 kg	1	
19	Naranja	1 kg	1	





20	Leche descremada en polvo	Bolsas de 1 kg	2	
----	---------------------------	----------------	---	--

**Observaciones:** Se recuerda al SEDIF verificar la cantidad de fibra de mínimo 1.8g en 30g de producto, así como verificar la cantidad de 400mg sodio en 100g de producto. Así mismo se motiva a seguir adquiriendo insumos frescos como lo presenta la mayoría de las frutas y verduras de la presente dotación.

### MENÚS DESAYUNOS ESCOLARES MODALIDAD CALIENTE

Menú #	Conformación	Ingredientes	Cantidad por porción (g o mL)	Calificación del menú	Observaciones Retro	
1	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0		
	Salpicón de pollo deshebrado y frijoles de la olla	Salpicón de pollo				
		Lechuga	70 g			
		Cebolla picad	30 g			
		Aguacate	1/3 pieza			
		Jitomate	70 g			
		Chipotle (opcional)	Al gusto			
		Vinagre	Al gusto			
		Pechuga deshebrada	30 g			
		Queso panela	30 g			
		Aceite de oliva	5 ml			
		Frijoles de la olla				
		Frijoles	30 g			
		Agua simple	Al gusto			
		Aceite	5 ml			
		Sal	Al gusto			
		Cebolla	Al gusto			
Tostada (horneadas o al comal) o tortillas	60 g 2 piezas					
Manzana	Manzana	70 g				
2	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0		





	Crema de brócoli y tortitas vegetales de avena	Crema de brócoli			
		Leche	25 g		
		Agua	Al gusto		
		Brócoli	70 g		
		Aceite	5 ml		
		Cebolla	Al gusto		
		Tortitas vegetales de avena			
		Avena	30 g		
		Espinaca picada	20 g		
		Zanahoria rallada	50 g		
		Aceite	2.5 ml		
		Huevo	10 g		
		Ensalada			
		Limón	2 ml		
		Lechuga	30 g		
		Tortilla de maíz	2 piezas 60 g		
		Naranja	Naranja		
3	Leche descremada	Leche en polvo	25 g	10.0	
		Agua	250 ml		
	Arroz blanco con verduras y albóndigas en salsa roja	Arroz blanco con verduras			
		Arroz	20 g		
		Zanahoria	64 g ½ taza		
		Pimiento fresco	15 g ¼ taza		
		Ejote	63 g ½ taza		
		Ajo	Al gusto		
		Cebolla	Al gusto		
		Aceite	5 ml		
		Albóndigas en salsa roja			
		Carne molida	30 g		
		Yerbabuena	Al gusto		





		Cebolla	Al gusto		
		Jitomate	120 g		
		Chipotle (opcional)	Al gusto		
		Huevo	50 g		
		Tomillo (opcional)	Al gusto		
		Aceite	2 ml		
		Ajo	Al gusto		
		Tortilla	1 pieza 30g		
Guayaba	Guayaba	70 gr			
4	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0	
	Nopales navegantes y ensalada de atún tipo bacalao	Nopales navegantes			
		Nopales	70 gr		
		Cebolla	Al gusto		
		Epazote	Al gusto		
		Sal	Al gusto		
		Aceite	5 ml		
		Ensalada de atún tipo bacalao			
		Atún	1/3 lata 33 g		
		Ajo	Al gusto		
		Cebolla finamente picada	¼ taza, 29 g		
		Aceite de oliva	5 ml		
		Papa picada	½ pieza, 68 g		
		Perejil	Al gusto		
		Jitomate picado	120 gr		
		Rajas picadas (opcional)	Al gusto		
Tostadas (2 piezas) (horneada o al comal)	2 piezas 60 g				
Plátano	Plátano	70 g			
5	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0	
	Arroz verde y	Arroz verde			





	picadillo de carne molida	Arroz	20 g			
		Espinacas cocida	45 gr ¼ taza			
		Zanahoria	36 gr ¼ taza			
		Aceite	5 ml			
		Ajo y cebolla	Al gusto			
		Picadillo de carne molida de res				
		Carne molida de res	30 g			
		Jitomate	45 g			
		Chicharo	40 gr ¼ taza			
		Zanahoria picada	64 gr ½ taza			
		Aceite	5 ml			
		Cebolla/ajo	Al gusto			
		Tortilla de maíz	1 pieza 30 g			
		Melón	Melón			70 g
6	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0		
	Crema de chayote y tortitas de avena con atún y ensalada	Crema de chayote				
		Leche	25 g			
		Agua	250 ml			
		Chayote	70 g			
		Aceite	5 ml			
		Cebolla	Al gusto			
		Totitas de avena con atún y ensalada de lechuga				
		Avena	30 g			
		Atún	1/3 lata 33 g			
		Cilantro picado	10 g			
		Cebolla finamente picada	5 g			
		Huevo	10 g			
		Aceite	5 ml			
Ensalada						
Jícama	½ taza					





		Lechuga	35 g		
		Limón	Al gusto		
	Manzana	Manzana	70 g		
	Agua natural	Agua simple	250 ml		
7	Sopa mixta de verduras y tortas de amaranto con ensalada	Sopa mixta de verduras		10.0	
		Calabacitas	¼ pza. 28 g		
		Chile poblano	¼ pza. 20 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Aceite	Al gusto		
		Sal	Al gusto		
		Champiñón	¼ taza 24 g		
		Tortas de amaranto			
		Amaranto	20 g		
		Queso fresco (opcional)	30 g		
		Epazote finamente picado	2 g		
		Cebolla finamente picada	20 g		
		Huevo	25 g		
		Aceite	5 ml		
		Ajo finamente picado	Al gusto		
		Ensalada			
		Zanahoria rayada	60 g		
		Lechuga	¾ taza 36 g		
		Limón	Al gusto		
		Pepino	1/3 taza 80 g		
Naranja	Naranja	70 g			
	Agua natural	Agua simple	250 ml		
8	Ceviche de atún y frijoles de la olla	Ceviche de atún		10	
		Atún	1/3 taza 33 g		
		Jitomate	30 g		
		Cilantro	30 g		





		Chiles serranos (opcional)	3 g		
		Limón	10 ml		
		Vinagre	5 ml		
		Cebolla	20 g		
		Aguacate	50 g		
		Tostadas (2 piezas) (horneadas o al comal)	2 piezas 60 g		
		Frijoles de la olla			
		Frijoles	35 g		
		Agua	60 ml		
		Cebolla	Al gusto		
		Aceite	3 ml		
		Guayaba	Guayaba		
9	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0	
	Sopa de pasta integral y enfrijoladas	Sopa de pasta integral			
		Sopa de pasta integral	10 g		
		Aceite	5 ml		
		Jitomate	20 g		
		Zanahoria picada	20 g		
		Brócoli	20 g		
		Ejote	30 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Ajo	Al gusto		
		Enfrijoladas			
		Frijoles	30 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Queso fresco	15 g		
		Tortilla	2 piezas (60 g)		







		Lechuga	15 g		
		Aguacate	40 g		
	Mandarina	Mandarina	70 g		
	Leche descremada	Leche en polvo	25 g		
		Agua	250 ml		
10	Sopa de verduras y tinga de pollo	Sopa de verdura		10.0	
		Espinaca	10 g		
		Zanahoria	10 g		
		Col cruda	70 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Aceite	Al gusto		
		Chícharos	10 g		
		Tinga de pollo			
		Pollo deshebrado	30 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Ajo	Al gusto		
		Chipotles	Al gusto		
		Aceite	Al gusto		
		Jitomate	40 g		
		Tostada (horneadas o al comal)	2 piezas		
		Lechuga	35 g		
	Plátano	Plátano	70 g		
	Agua simple	Agua	250 ml		
11	Arroz verde y caldo de habas con nopales	Arroz verde		10.0	
		Arroz crudo	20 g		
		Zanahoria cruda	64 g ½ taza		





		Chícharo crudo	40 g ¼ taza		
		Pimiento fresco	36 g ½ taza		
		Chile poblano	40 g ½ pieza		
		Aceite	Al gusto		
		Ajo y cebolla	Al gusto		
		Caldo de habas con nopales			
		Habas secas	¼ taza 38 g		
		Nopales cocidos	70 g		
		Aceite	5 ml		
		Sal	Al gusto		
		Ajo y cebolla	Al gusto		
		Queso panela cubos	30 g		
		Hierbabuena	Al gusto		
		Tortillas	2 piezas 60 g		
	Naranja	Naranja	70 g		
12	Agua natural	Agua	250 ml	8.6	La calabaza se contó como recaudo, dado que es parte de la sopa, por lo que no cumple con el mínimo de verduras de 70g.
	Crema de calabaza y ceviche del lenteja	Crema de calabaza			
		Leche en polvo	25 g		
		Agua	250 ml		
		Calabaza	100 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Ceviche de lenteja			
		Lenteja cocida	½ taza		
		Jitomate picado	25 g		
		Cilantro picado	5 g		
		Chiles serranos picados (opcional)	Al gusto		
		Jugo de limón	Al gusto		





		Vinagre	Al gusto		
		Cebolla	Al gusto		
		Aguacate	31 g		
		Tostadas (2 piezas) (horneadas o al comal)	40 g 2 piezas		
	Manzana	Manzana	70 g		
13	Leche descremada	Agua simple	250 ml	10.0	
		Leche en polvo	25 g		
	Quesadilla de comal con ensalada de nopales	Quesadillas de comal			
		Tortilla	2 piezas 60 g		
		Queso	30 g		
		Ensalada de nopales			
		Nopales picados	70 g		
		Cebolla picada	15 g		
		Jitomate picado	45 g		
		Rábanos finamente picados	¼ taza 29 g		
		Cilantro picado	10 g		
		Chile serrano picado (opcional)	Al gusto		
	Guayaba	Guayaba	70 g		
14	Leche descremada	Leche en polvo	25 g	10.0	
		Agua simple	250 g		
	Pasta de polo a la primavera	Pasta de pollo a la primavera			
		Pasta integral	15 g		
		Brócoli	20 g		
		Zanahoria	20 g		
		Jitomate	20 g		
		Calabaza	50 g		
Queso panela cubos	15 g				





		Cebolla	Al gusto		
		Pechuga de pollo	15 g		
		Ajo	Al gusto		
		Tostada (horneada o al comal) o tortilla	1 pieza		
		Aceite de oliva	Al gusto		
	Naranja	Naranja	70 g		
	Agua natural	Agua simple	250 ml		
15	Sopa de pasta con acelga y atún a la mexicana	Sopa de pasta con acelga		10.0	
		Sopa de pasta integral	15 g		
		Jitomate	25 g		
		Cebolla	Al gusto		
		Ajo	Al gusto		
		Acelga fileteada	35 g		
		Atún a la mexicana			
		Atún	33 g		
		Jitomate finamente picado	40 g		
		Cebolla finamente picada	10 g		
		Cilantro picado	10 g		
		Chiles serranos picados (opcional)	5 g		
		Tostada (horneadas o al comal)	2 piezas		
		Pera	Pera		
	Agua natural	Agua	250 ml		
16	Sopa de elote con chayote y ensalada de garbanzo	Sopa de elote con chayote		10.0	
		Elote grano	¼ taza 21 g		
		Chayotes	70 g		
		Caldo de pollo	Al gusto		
		Aceite	2.5 ml		
		Sal	Al gusto		





		Pimienta molida	Al gusto		
		Ensalada de garbanzo			
		Garbanzos cocidos	30 g		
		Jitomate finamente picado	120 g		
		Cilantro picado	½ taza 30 g		
		Cebolla picada	Al gusto		
		Queso panela en cubos	40 g		
		Rajas finamente picadas (opcional)	Al gusto		
		Aceite de oliva	5 ml		
		Aguacate	31 g		
		Tostadas (2 piezas) (horneadas o al comal)	2 piezas		
Manzana	Manzana	70 g			
17	Leche descremada	Leche en polvo	25 g	10.0	
		Agua	250 ml		
	Sopa de frijol y calabacitas a la mexicana	Sopa de frijol			
		Frijoles molidos	1/3 taza 73 g		
		Epazote	Al gusto		
		Cebolla	Al gusto		
		Calabacitas a la mexicana			
		Calabaza	80 g		
		Jitomate	30 g		
		Cebolla	10 g		
		Ajo	Al gusto		
		Elote grano	15 g		
		Tortilla	1 pieza (30 g)		
Guayaba	Guayaba	70 g			
18	Agua natural	Agua simple	250 ml	8.6	Se menciona calabaza pero





	Sopa de fideos en caldo de frijol con amaranto y picadillo de calabaza con queso	Sopa de fideos en caldo de frijol con amaranto		no se encuentra en los ingredientes, por lo que no se cumple con el mínimo de 70g.
		Amaranto molido	10 g	
		Caldo de frijol	Al gusto	
		Queso rayado	Al gusto	
		Fideo integral	20 g	
		Jitomate	35 g	
		Cebolla y ajo	Al gusto	
		Sal	Al gusto	
		Aceite	5 ml	
		Picadillo de calabaza con queso		
		Queso panela	25 g	
		Elote grano	15 g	
		Cebolla	Al gusto	
		Agua	50 ml	
		Aceite	Al gusto	
		Pipitza	Al gusto	
		Tortillas	2 piezas 60 g	
Mandarina	Mandarina	70 g		
19	Leche descremada	Leche en polvo	25 g	10.0
		Agua simple	250 ml	
	Huevo con verduras en salsa verde y frijoles refritos	Huevo con verduras en salsa verde		
		Huevo	1 pieza	
		Tomate	35 g	
		Aceite	2.5 ml	
		Chile serrano	Al gusto	
		Cebolla y ajo	Al gusto	
		Calabaza larga cruda	70 g	
		Frijoles refritos		
		Frijoles molidos	1/3 taza 73 g	





		Cebolla	10 g			
		Aceite	2.5 ml			
		Tortilla	2 piezas (60 g)			
	Mandarina	Mandarina	70 g			
20	Agua natural	Agua simple	250 ml	10.0		
	Crema de amaranto y calabacitas rellenas con picadillo	Crema de amaranto				
		Amaranto	¼ taza 16 g			
		Jitomate	100 g			
		Leche en polvo	2 cdas 15 g			
		Aceite	Al gusto			
		Cebolla	Al gusto			
		Chiles o calabacitas rellenas				
		Carne molida	30 g			
		Calabacita larga cruda	1 pieza 100 g			
		Jitomate	100 g			
		Cebolla	Al gusto			
		Ajo	Al gusto			
		Queso panela rayado	5 g			
		Orégano y tomillo seco	Al gusto			
Tortilla	1 pieza 30 g					
Naranja	Naranja	70 g				





## MENÚS DESAYUNOS ESCOLARES MODALIDAD FRÍO

Población a la que se dirige el apoyo:		Preescolares y escolares (1º a 3º)		
No.	Conformación	Cantidad para 1 beneficiario (g o mL)	Calificación del menú (pasa si es mayor a 7.5)	Observaciones
1	Leche líquida de vaca UHT descremada	250 ml	10	Verificar que el cereal cumpla con las especificaciones para su composición (EIASADC 2020 pág. 76).
	Galleta integral de avena	30 g		
	Fruta fresca (guayaba)	80-100g		
2	Leche líquida de vaca UHT descremada sabor natural	250 ml	10	Verificar que el cereal cumpla con las especificaciones para su composición (EIASADC 2020 pág. 76).
	Barra de amaranto de avena y pasas	30 g		
	Fruta fresca (guayaba)	80-100g		
3	Leche líquida de vaca UHT descremada sabor natural	250 ml	10	Verificar que el cereal cumpla con las especificaciones para su composición (EIASADC 2020 pág. 76).
	Barra de amaranto con cacahuete	30 g		
	Fruta fresca (manzana)	80-100g		
4	Leche líquida de vaca UHT descremada sabor natural	250 ml	10	Verificar que el cereal cumpla con las especificaciones para su composición (EIASADC 2020 pág. 76).
	Galleta integral con nuez	30 g		
	Fruta fresca (manzana)	80-100g		
5	Leche líquida de vaca UHT descremada sabor natural	250 ml	10	Verificar que el cereal cumpla con las especificaciones para su composición Las cantidades de fruta deshidratada y oleaginosa deberán reportarse en la etiqueta de manera independiente. (EIASADC 2020 pág. 76).
	Barra de amaranto con pasas	30 g		
	Mixto de fruta deshidratada (plátano, durazno, manzana y/o papaya y cacahuete (20 gr. Fruta deshidratada y 10 g. Cacahuete)	30 g		







## DOTACIÓN ASISTENCIA ALIMENTARIA EN LOS PRIMEROS 1000 DÍAS DE VIDA – LACTANTES DE 12 A 24 MESES

<b>Población a la que se dirige el apoyo:</b>	Niñas y niños de 12 a 24 meses de edad
<b>Número de beneficiarios para los que fue calculada la dotación:</b>	1
<b>Número de días para los que fue calculada la dotación:</b>	30

Insumo		Presentación del insumo	Número de unidades por dotación	Calificación de la dotación (aprueba si > 7.5)
1	Frijol negro última cosecha	Bolsa de 1 kg	1	0
2	Arroz pulido súper extra	Bolsa de 1 kg	1	
3	Leche entera en polvo	Bolsa de 500 g	1	
4	Pasta para sopa integral	Bolsa de 200 g	2	
5	Chícharos enlatados	Lata de 400 g	1	
6	Harina de amaranto	Bolsa de 500 g	1	
7	Atún aleta amarilla en agua	Lata de 140 g	1	
8	Comp. Alimenticio CERELAC	Lata de 270 g	1	
9	Lenteja nacional última cosecha	Bolsa de 500 g	1	
10	Sardina en salsa de tomate	Lata de 425 g	1	

**Observaciones:** Se recuerda al SEDIF que en este programa según el apartado de “1000 días de vida” p. 88, donde se menciona que si se otorgan fruta y verdura, ésta deberá ser fresca. Dado que se incluyó chícharos enlatados, se considera un alimento no permitido en esta dotación y esa dotación reprueba. Se debe verificar que el complemento alimenticio cumpla con las especificaciones descritas en la EIASADC 2020.





## DOTACIÓN ASISTENCIA ALIMENTARIA A PERSONAS DE ATENCIÓN PRIORITARIA – 2 A 5 AÑOS

<b>Población a la que se dirige el apoyo:</b>		Niñas y niños de 2 a 5 años no escolarizados		
<b>Número de beneficiarios para los que fue calculada la dotación:</b>		1		
<b>Número de días para los que fue calculada la dotación:</b>		20		
Insumo		Presentación del insumo	Número de unidades por dotación	Calificación de la dotación (aprueba si > 7.5)
1	Aceite vegetal comestible	Botella de 500ml	1	10
2	Arroz pulido súper extra	Bolsa de 1 kg	1	
3	Pasta para sopa integral	Bolsa de 500 g	1	
4	Lenteja nacional última cosecha	Bolsa de 1 kg	1	
5	Frijol negro última cosecha	Bolsa de 1 kg	1	
6	Leche semidescremada	Brick de 1 litro	4	
7	Avena en hojuelas	Bolsa de 400 g	1	
8	Sardina en salsa de tomate	Lata de 425 g	1	
9	Verdura enlatada	Lata de 220 g	1	
10	Atún aleta amarilla en agua	Lata de 140 g	1	
<b>Observaciones:</b> Verificar el contenido de fibra y sodio dentro los insumos enlatados. Verificar que la pasta para sopa y la avena contengan al menos 1.8 g de fibra en 30 g de producto.				





## DOTACIÓN ASISTENCIA ALIMENTARIA A PERSONAS DE ATENCIÓN PRIORITARIA -ADULTOS

<b>Población a la que se dirige el apoyo:</b>	Personas con Discapacidad y adultos mayores
<b>Número de beneficiarios para los que fue calculada la dotación:</b>	1
<b>Número de días para los que fue calculada la dotación:</b>	30

Insumo		Presentación del insumo	Número de unidades por dotación	Calificación de la dotación (aprueba si > 7.5)
1	Harina de amaranto	Bolsa de 500 g	1	10
2	Arroz pulido súper extra	Bolsa de 1 kg	1	
3	Avena en hojuelas	Bolsa de 400 g	1	
4	Pasta para sopa integral	Bolsa de 200 g	2	
5	Nopal en salmuera	Bolsa de 500 g	1	
6	Verduras enlatadas	Lata de 220 g	1	
7	Harina de maíz nixtamalizada	Bolsa de 1 kg	1	
8	Ciruela pasa	Bolsa de 300 g	1	
9	Aceite vegetal comestible	Botella de 500 ml	1	
10	Frijol negro última generación	Bolsa de 1 kg	1	
11	Lenteja nacional última cosecha	Bolsa de 500 g	1	
12	Atún aleta amarilla en agua	Lata de 140 g	1	
13	Sardina en tomate	Lata de 425 g	1	
14	Leche descremada en polvo	Bolsa de 210 g	1	
15	Elote enlatado	Lata de 400 g	1	

**Observaciones:** Verificar la cantidad de fibra de 1.8g en 30g de producto y el límite permitido de sodio de 400mg en 100g de producto.





## DOTACIÓN ASISTENCIA ALIMENTARIA A PERSONAS EN SITUACIÓN DE EMERGENCIA O DESASTRE

<b>Población a la que se dirige el apoyo:</b>	Personas que han sido afectados por la ocurrencia de fenómenos naturales destructivos y/o antropogénicos.
<b>Número de beneficiarios para los que fue calculada la dotación:</b>	4
<b>Número de días para los que fue calculada la dotación:</b>	30

Insumo		Presentación del insumo	Número de unidades por dotación	Calificación de la dotación (aprueba si > 7.5)
1	Harina de amaranto	Bolsa de 500 g	1	10
2	Arroz pulido súper extra	Bolsa de 1 kg	1	
3	Avena en hojuelas	Bolsa de 400 g	1	
4	Pasta para sopa integral	Bolsa de 200 g	2	
5	Nopal en salmuera	Bolsa de 500 g	1	
6	Verduras enlatadas	Lata de 220 g	1	
7	Harina de maíz nixtamalizada	Bolsa de 1 kg	1	
8	Ciruela pasa	Bolsa de 300 g	1	
9	Aceite vegetal comestible	Botella de 500 ml	1	
10	Frijol negro última generación	Bolsa de 1 kg	1	
11	Lenteja nacional última cosecha	Bolsa de 500 g	1	
12	Atún aleta amarilla en agua	Lata de 140 g	1	
13	Sardina en tomate	Lata de 425 g	1	
14	Leche descremada en polvo	Bolsa de 210 g	1	
15	Elote enlatado	Bolsa de 400 g	1	

**Observaciones:** Verificar que la leche en polvo, nopales en salmuera, verduras enlatadas, atún, Sardina y elote no contengan más de 400 mg en 100 g de producto. Verificar que la avena, pasta y harinas contengan al menos 1.8 g de fibra en 100 g de producto; en el caso de las harinas estas deberán estar fortificadas.

