



DIF
JALISCO

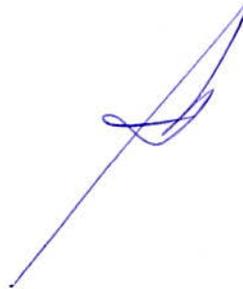
BIENESTAR
PARA NUESTRAS FAMILIAS

Guía Técnica

Nutrición en Centros de Atención Infantil

Dirección de Atención a la
Primera Infancia

Sistema DIF Jalisco



Handwritten signature

Handwritten signature and initials





Bitácora de Revisiones:

No.	Fecha del Cambio	Referencia del Punto Modificado	Descripción del Cambio
1	29-Mar-2012	Todo el Manual	Nuevo Documento
2	14-Nov-2017	Todo el Manual	Actualización de Plantilla y de Información

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 2 de 49





Índice

1.	Introducción.....	4
2.	Objetivo y Alcances.....	5
a.	General	5
b.	Específicos.....	5
3.	Fundamento Legal	6
4.	Lineamientos Generales	8
5.	Descripción de la Metodología.....	10
5.1.	Población Objetivo	10
5.2.	Funciones.....	10
5.3.	Plantilla de Personal Requerida para el Área de Cocina.....	11
5.4.	Funciones y Responsabilidades.....	11
5.5.	Plantilla de Personal Requerida para el Área de Lactario.....	12
5.6.	Funciones de Puestos para Personal de Lactario.....	12
5.7.	Atención Nutricional	14
5.8.	Administración de Alimento.....	16
5.9.	Preparación de Alimentos CAI	22
5.10.	Servir Alimento CAI.....	29
5.11.	Recepción de Alimento	33
5.12.	Reporte y Devolución de Alimento	34
5.13.	Verificar Víveres.....	35
5.14.	Salidas de Almacén.....	36
5.15.	Registro de Aceptación	37
5.16.	Programación Mensual	38
6.	Glosario.....	45
7.	Anexos	46
8.	Bibliografía	47

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 3 de 49





1. Introducción

La alimentación evoluciona con el tiempo y se ve influida por muchos factores e interacciones complejas. Los ingresos, los precios de los alimentos (que afectarán a la disponibilidad de alimentos saludables y a su asequibilidad), las preferencias y creencias individuales, las tradiciones culturales, y los factores geográficos, ambientales y socioeconómicos, interactúan de manera compleja para configurar los hábitos individuales de alimentación.

Por consiguiente, promover un entorno alimentario saludable, que incluya sistemas que promuevan una dieta diversificada, equilibrada y sana, requiere la participación de distintos actores y sectores, entre estos el sector público. En este sentido el DIF Jalisco, a través de los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil (CADI) y Centros de Asistencia Infantil Comunitarios (CAIC), contribuyen a brindar a los becarios una alimentación de calidad, promoviendo así el ejercicio de uno de los derechos indispensables de los niños que es la alimentación.

Una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, como la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.

Los hábitos alimentarios sanos comienzan en los dos primeros años de vida. La lactancia materna favorece el crecimiento sano y mejora el desarrollo cognitivo; además, puede proporcionar beneficios a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles en etapas posteriores de la vida.

La ingesta calórica debe estar en consonancia con el gasto calórico.

Por lo anterior, es importante implementar estrategias que vayan acorde a las necesidades de los becarios; por ello esta guía tiene como propósito brindar orientación y establecer procedimientos concretos para que el personal encargado lleve a cabo las actividades correspondientes eficientemente y con calidad.

Esta guía técnica está dirigida al personal del área de Nutrición y al personal que lleva a cabo el manejo y preparación de los alimentos en los Centros de Atención Infantil. Ya que su labor es fundamental para brindar a los becarios de los CAI una alimentación de calidad, así como un manejo integral en su estado de nutrición,

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 4 de 49





contribuyen a su adecuado crecimiento y desarrollo, además de promover los buenos hábitos alimenticios.

Con ello apoyaremos también el que los niños estén más atentos y con un mayor nivel de aprendizaje durante su estancia en los Centros.

2. Objetivo y Alcances

a. General

Mantener un estado de nutrición integral promoviendo al mismo tiempo hábitos de alimentación saludable a mediano y largo plazo, garantizando de esta manera el desarrollo óptimo de los becarios de los CAI.

b. Específicos

- Brindar una alimentación completa que cubra los requerimientos calóricos y nutricionales de los becarios durante su estancia en el CAI.
- Vigilar que en las áreas de preparación de alimentos se realicen todas las actividades en base a Normas, Manuales y Lineamientos establecidos.
- Asesorar y orientar al personal del Centro y padres de familia para que promuevan la formación de buenos hábitos alimenticios en los becarios.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 5 de 49



3. Fundamento Legal

CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS.

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos DOF 5/II/1917, Artículo 4. (2014) III.

Constitución Política del Estado de Jalisco P.O. 21, 25 y 28/VII/1917 y 1°/VIII/1917.

DE LOS DERECHOS HUMANOS Y SUS GARANTÍAS, Artículo 4º.-Inciso B-Fracción III.

LEY GENERAL DE SALUD, Artículo 3/Fracción XI y XII. (15 de Enero de 204).

Ley General de Educación. DOF 13/VII/1993, Artículo 7/ Fracción IX. (11 de Septiembre de 2013).

Ley de Educación del Estado de Jalisco. P. O. 06/IX/1997, Fracción-XI.

Ley General de Prestación de Servicios para la Atención, Cuidado y Desarrollo Integral Infantil y su Reglamento. DOF 24/X/2011. Artículo 12- Fracción V, Artículo 70- Fracción II.

Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes y su Reglamento. DOF 04/XII/2014, Del Derecho a la Protección de la Salud y a la Seguridad Social, Artículo 50- Fracción-III, Fracción-VIII.

Ley de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes en el estado de Jalisco y su Reglamento. P. O. 05/IX/2015., Artículo 14-Fracción XXXII.

Código de Asistencia Social del Estado de Jalisco. P. O. 15/I/1998., Artículo 4.- Fracción-VIII.

Ley que Regula los Centros de Atención Infantil en el Estado de Jalisco y su Reglamento. P. O. 25/III/2014, Artículo 6.- Fracc. IV.

MANUAL DE ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO ASISTENCIAL DE DESARROLLO INFANTIL (CADI).

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 6 de 49





REGLAMENTO INTERNO DE LOS CENTROS ASISTENCIALES DE DESARROLLO INFANTIL. SISTEMA DIF NACIONAL, Junio 2014.

Normativas

Norma Oficial Mexicana. NOM-043-SSA2-2012. Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación.

Norma Oficial Mexicana. NOM-251-SSA1-2009. Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios.

Norma Oficial Mexicana. NOM-014-SSA3-2013. Para la asistencia social alimentaria a grupos de riesgo. Apartado 5.2-5.9 (08 de Octubre de 2014)

Norma Oficial Mexicana. NOM-008-SSA2-1993. Control de la nutrición, crecimiento y desarrollo del niño y del adolescente. Criterios y procedimientos para la prestación del servicio.

Manual de Alimentación de las niñas y los niños menores de 6 años. Dirección General de Alimentación y Desarrollo Comunitario. Dirección General de Protección a la Infancia. DIF Nacional. (03 de Septiembre de 2013).

Manual para la Alineación al EC0334 "Preparación de alimentos para la población sujeta de asistencia social". Comité de gestión por competencias de Asistencia Social. DIF Nacional, Dirección de Alimentación. Grupo técnico de expertos. (24 de Mayo de 2013).

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 7 de 49





4. Lineamientos Generales

- 4.1. El área de preparación de alimentos (Cocina y Lactario), deberá atender los siguientes puntos:
- Los alimentos preparados serán para el consumo exclusivo de los becarios del CAI.
 - Se contará en forma permanente con un “Stock de Reserva” de alimentos para cubrir casos imprevistos o de emergencia.
 - La preparación de alimentos y biberones se realizará cumpliendo las indicaciones de la Norma Oficial NOM-251-SSA1-2009/Prácticas de higiene para el proceso de alimentos...
 - La loza y utensilios destinados para los niños serán de uso exclusivo de los mismos. La loza desechable se utilizará solo en casos especiales que por necesidades del servicio se requiera, con previa autorización de la Directora del CAI.
 - No se permitirá el acceso a personal ajeno a las áreas de preparación de alimentos; solo en situaciones estrictamente necesarias se dará acceso.
 - Las jefas de cocina y lactario podrán realizar la sustitución de algún alimento de los menús, únicamente cuando no se cuente con los insumos necesarios o que sea para mejorar el sabor y por tanto la aceptación del platillo; basándose en la tabla de sustitución de alimentos.
 - Bajo ninguna circunstancia se recibirán alimentos de los padres de familia para el consumo de los becarios, con excepción de las fórmulas lácteas bajo control del área médica.
 - La solicitud de suprimir por tiempo prolongado algún alimento o indicación de dieta especial de los becarios, deberá ser avalada por receta o carta con indicación médica de alguna Institución Pública (con el aval previo del área médica del CAI), que señale el diagnóstico, causa, indicaciones específicas y duración del Tratamiento.
- 4.2. El área médica reportará a los becarios que detecte con problemas en su estado nutricional, al área de Nutrición para su valoración.
- 4.3. El nutriólogo evaluará a los becarios reportados y les dará seguimiento, llevando a cabo su seguimiento nutricional.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 8 de 49





- 4.4. El nutriólogo deberá informar a los beneficiarios sobre el estado nutricional del becario y se les deberá brindar asesoría sobre la alimentación y modificación de hábitos de éste.
- 4.5. El nutriólogo dará indicaciones precisas sobre el estado nutricional y el manejo alimenticio de los becarios, a asistentes educativas y personal de cocina.
- 4.6. El personal del Centro o equipo técnico que detecte anomalías en la conducta alimentaria de los becarios, deberá reportar de inmediato al personal de área médica y/o Nutrición.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 9 de 49





5. Descripción de la Metodología

5.1. Población Objetivo

- Personal de cocina y lactario.
- Niños y niñas de 6 meses a 5 años 11 meses de edad (becarios del CAI).
- Asistentes educativas.
- Padres de familia (Beneficiarios del CAI).

5.2. Funciones

- 5.2.1. Supervisar en el área de cocina y lactario la adecuada preparación, manipulación y administración del alimento de los becarios en el CAI. Así como el nivel de aceptación de los menús por los mismos.
- 5.2.2. Implementar programas para fomentar la educación nutricional de los becarios, esto en coordinación con el área de Pedagogía, realizando dinámicas, juegos o actividades orientadas a temas de Nutrición.
- 5.2.3. Brindar orientación nutricional al personal, padres de familia y población en general que asiste al CAI y que requiera de dicho servicio.
- 5.2.4. Elaborar material informativo como volantes, trípticos, folletos sobre temas de alimentación y nutrición en general.
- 5.2.5. Impartir capacitaciones constantes sobre nutrición, normas, reglamentos, procedimientos y temas de interés al personal del CAI.
- 5.2.6. Elaborar el expediente clínico nutricional a todos los becarios y archivarlo para su utilización.
- 5.2.7. Brindar seguimiento nutricional a cada uno de los becarios por medio de tratamiento nutricional periódico constante.
- 5.2.8. Apoyar al personal de cocina y lactario en la elaboración de la programación mensual de solicitud y compra de víveres.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 10 de 49

Handwritten signatures and initials in blue ink.



- 5.2.9. Asesorar y retroalimentar al personal de su área, para que brinden un servicio de calidad.
- 5.2.10. Impartir pláticas informativas sobre temas de nutrición a los beneficiarios para mejorar en casa la alimentación y hábitos alimenticios de los becarios.
- 5.2.11. Elaborar reportes e informes requeridos por las autoridades competentes en tiempo y forma.

En DIF Jalisco la plantilla de personal establecida para Centros de Atención Infantil es la siguiente:

5.3. Plantilla de Personal Requerida para el Área de Cocina

- 5.3.1. **Cocinera:** 1 Persona que será la Jefa, responsable de la jefa.
- 5.3.2. **Auxiliar Cocina:** 4 personas que serán las auxiliares de la jefa.

5.4. Funciones y Responsabilidades

5.4.1. Cocinera:

- Programar en coordinación con la Directora del CAI la solicitud de víveres mensuales, requeridos para la elaboración de los alimentos de los becarios.
- Recibir y controlar el uso de los víveres para la elaboración de los menús.
- Mantener el mobiliario y equipo del área de cocina en buenas condiciones.
- Participar en reuniones sobre el manejo de alimentos organizados por el Sistema DIF, a través de la Dirección de Atención a la Primera Infancia, en coordinación con áreas correspondientes.
- Organizar al personal a su cargo, de manera que todas las actividades diarias se lleven a cabo en base a los menús correspondientes y actividades extras, cuidando las buenas relaciones interpersonales.
- Entregar a la Dirección, reporte de raciones otorgadas durante el mes.
- Presentarse a trabajar de manera impecable.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 11 de 49





5.4.2. Auxiliar de Cocina:

- Apoyar en la recepción y control de los pedidos de los productos alimentarios para la elaboración de los menús.
- Mantener el mobiliario y equipo del área de cocina en buenas condiciones.
- Participar conjuntamente con el cocinero en reuniones sobre el manejo de alimentos, organizados por la Dirección de Atención a la Primera Infancia del Sistema DIF Jalisco.

5.5. Plantilla de Personal Requerida para el Área de Lactario

5.5.1. **Cocinera:** 1 Persona que será la jefa, responsable del Área

5.5.2. **Cocinera:** 1 Persona que será la auxiliar de la jefa.

5.6. Funciones de Puestos para Personal de Lactario

5.6.1. Cocinera:

- Programar en coordinación con la Directora del CAI la solicitud de víveres mensuales requeridos para la elaboración de los alimentos de los becarios.
- Recibir y controlar el uso de los víveres para la elaboración de los menús.
- Mantener el mobiliario y equipo del área de cocina en buenas condiciones.
- Participar en reuniones sobre el manejo de alimentos organizados por el Sistema DIF, a través de la Dirección de Atención a la Primera Infancia, en coordinación con áreas correspondientes.
- Organizar al personal a su cargo de manera que todas las actividades diarias se lleven a cabo en base a los menús correspondientes y actividades extras, cuidando las buenas relaciones interpersonales.
- Entregar a la Dirección, reporte de raciones otorgadas durante el mes.
- Presentarse a trabajar de manera impecable.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 12 de 49



5.6.2. Auxiliar de Cocina:

- Apoyar en la recepción y control de los pedidos de los productos alimentarios para la elaboración de los menús.
- Mantener el mobiliario y equipo del área de cocina en buenas condiciones.
- Participar conjuntamente con el cocinero en reuniones sobre el manejo de alimentos, organizadas por la Dirección de Atención a la Primera Infancia del Sistema DIF Jalisco.

El Sistema Nacional DIF propone la siguiente plantilla una población de 50 niños para CAI:

- 1 Nutriólogo y/o Dietista
- 1 Cocinera
- 1 Auxiliar de Cocina

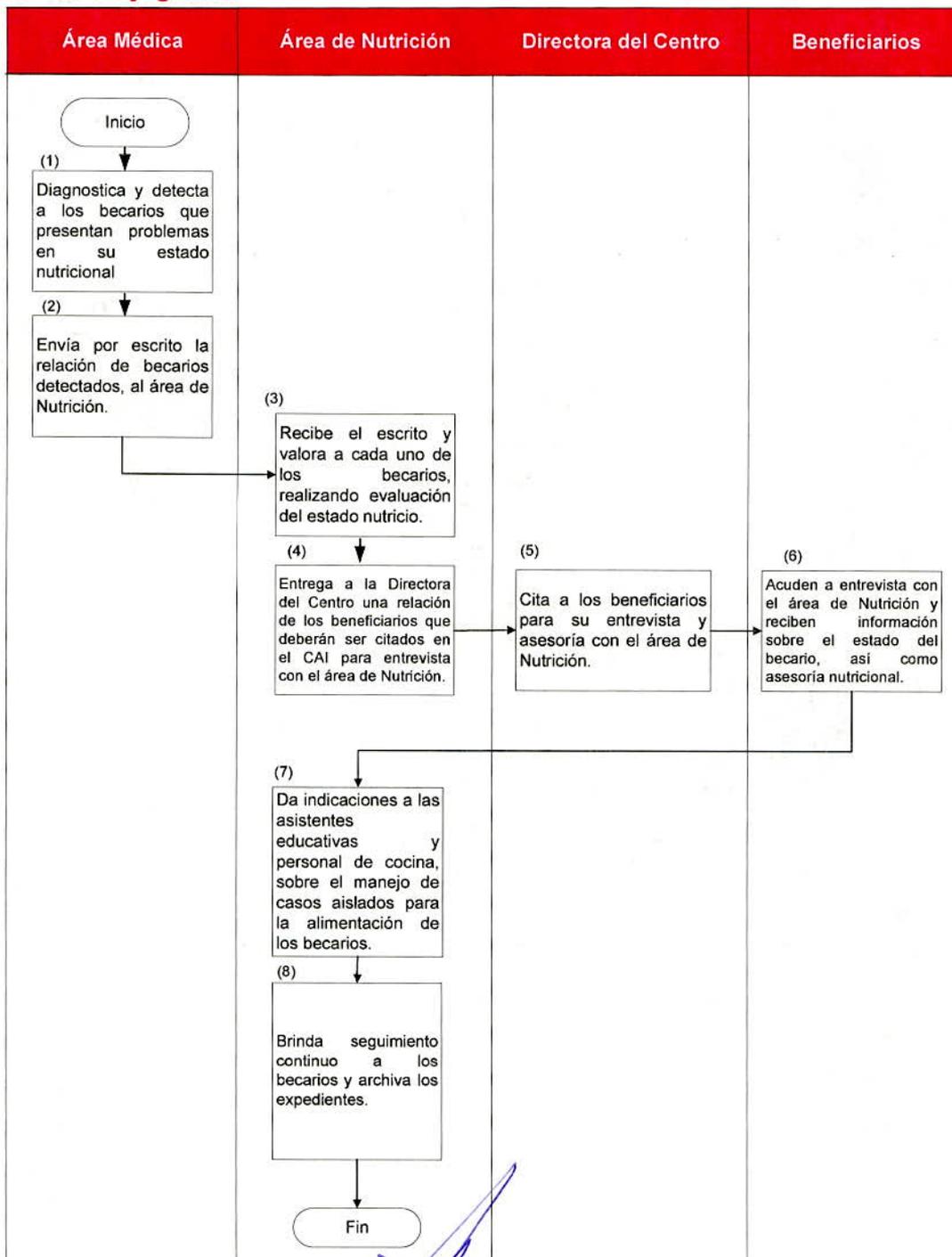
Sin embargo, cada DIF municipal podrá establecer la plantilla de personal que requieran los Centros de Atención Infantil, de acuerdo a su capacidad, recursos humanos o materiales y necesidades propias del centro.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 13 de 49



5.7. Atención Nutricional

a. Flujograma



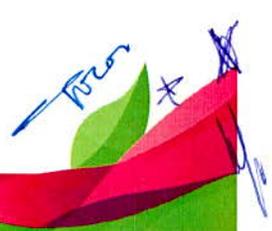
FECHA DE ELABORACIÓN: 29 Marzo 2012	FECHA DE ACTUALIZACIÓN: 14 Noviembre 2017	VERSIÓN: 02 PÁGINA: 14 de 49
--	--	---------------------------------





b. Descripción Narrativa

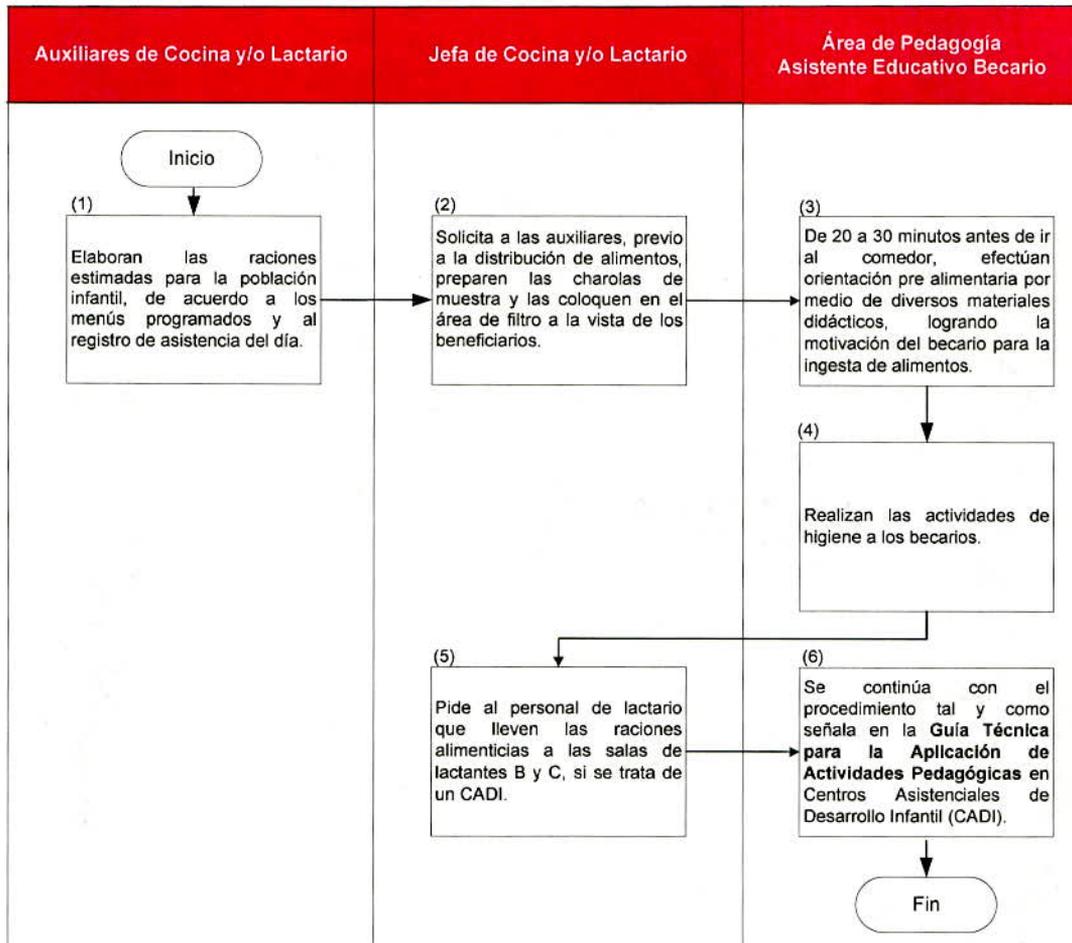
Área Médica	Área de Nutrición	Directora del Centro	Beneficiarios
1 Diagnostica y detecta a los becarios que presentan problemas en su estado nutricional.			
2 Envía por escrito la relación de becarios detectados, al área de Nutrición.	3 Recibe el escrito y valora a cada uno de los becarios, realizando evaluación del estado nutricional.		
	4 Entrega a la Directora del Centro una relación de los beneficiarios que deberán ser citados en el CAI para entrevista con el área de Nutrición.	5 Cita a los beneficiarios para su entrevista y asesoría con el área de Nutrición.	6 Acuden a entrevista con el área de Nutrición y reciben información sobre el estado del becario, así como asesoría nutricional.
	7 Da indicaciones a las asistentes educativas y personal de cocina, sobre el manejo de casos aislados para la alimentación de los becarios.		
	8 Brinda seguimiento continuo a los becarios y archiva los expedientes.		





5.8. Administración de Alimento

a. Flujoograma



FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 16 de 49





b. Descripción Narrativa

Auxiliares de Cocina y/o Lactario	Jefa de Cocina y/o Lactario	Área de Pedagogía Asistente Educativo Becario
1 Elaboran las raciones estimadas para la población infantil, de acuerdo a los menús programados y al registro de asistencia del día.	2 Solicita a las auxiliares, previo a la distribución de alimentos, preparen las charolas de muestra y las coloquen en el área de filtro a la vista de los beneficiarios.	3 De 20 a 30 minutos antes de ir al comedor, efectúan orientación pre alimentaria por medio de diversos materiales didácticos, logrando la motivación del becario para la ingesta de alimentos.
		4 Realizan las actividades de higiene a los becarios.
	5 Pide al personal de lactario que lleven las raciones alimenticias a las salas de lactantes B y C, si se trata de un CADI.	6 Se continúa con el procedimiento tal y como señala en la Guía Técnica de Actividades Pedagógicas en Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil (CADI).

Menús para Becarios

La alimentación infantil es el punto medular para el adecuado crecimiento de cada niño y su desarrollo integral hasta la edad adulta. Es por ello que se han implementado menús cíclicos y estandarizados en los CADI, los cuales se deben llevar a cabo con estricto apego en el manejo higiénico de los alimentos.

Los menús que se brindan a los becarios de los CAI cubren los requerimientos nutricionales que necesita cada niño para un desarrollo adecuado, adaptando la consistencia y presentación para cada edad, ya que están diseñados para cada una de las etapas de nuestros becarios, desde los 6 meses hasta los 5 años 11 meses de edad. En este sentido tendremos niños saludables y bien alimentados para un crecimiento óptimo.

Por lo mencionado anteriormente, es recomendable que la niña o niño menor de seis meses, sea alimentado exclusivamente con leche materna a libre demanda. Se ha demostrado que la leche materna cubre las necesidades de energía para el crecimiento acelerado del bebé, de tal forma que a la edad de 4 a 6 meses de edad duplica el peso que tuvo al nacer, si su alimentación es adecuada.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 17 de 49





Lactantes B (6 - 12 Meses)

Dado que la lactancia materna exclusiva después de los 6 meses ya no satisface los requerimientos nutrimentales, es necesario comenzar con la alimentación complementaria.

La Alimentación Complementaria es el proceso que se inicia con la introducción gradual y paulatina de alimentos diferentes a la leche materna, para satisfacer las necesidades nutrimentales del niño, y no necesariamente para destetarlo, hasta integrarlo a la dieta de su familia.

Si no se introducen alimentos cuando el niño cumple los 6 meses o si son insuficientes, su crecimiento puede verse afectado. Además, se recomienda que sea a partir de los 6 meses para disminuir el riesgo de presentar obesidad y alergias en el futuro. Este proceso ayuda a que la nutrición del infante pase de ser una alimentación líquida, a una gradualmente sólida, dejando como complemento a la leche materna.

La mayoría de los bebés entre 4 y 6 meses de edad desarrollan completamente los nervios y músculos de la boca, permitiéndole masticar y morder. A partir de los 6 meses es más fácil alimentarlos de purés y papillas, debido a que:

- Tienen un mejor control de su lengua.
- Comienzan a hacer movimientos de masticación.
- Les comienzan a brotar sus primeros dientes.
- Comienzan a llevarse cosas a la boca.
- Están interesados en nuevos sabores.
- Coordinan la cabeza con la boca, lo que les permite tener posición semi-sentada y abrir la boca cuando se les acerca la cuchara.

Se recomienda introducir solo un alimento nuevo a la vez por dos o tres días, con el propósito de valorar su tolerancia y descartar alergia al mismo.

Es importante tomar en cuenta las recomendaciones de su pediatra o doctor. (Anexo 14 y 15 Menús para Lactantes B)

Lactantes C (12 - 18 Meses)

En esta etapa la velocidad del crecimiento disminuye, lo que produce un descenso relativo a las necesidades nutricionales (en relación al peso). El apetito del niño está orientado a satisfacer las necesidades energéticas, de esta manera a medida

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 18 de 49





que incrementa la densidad energética y la consistencia de los alimentos, disminuye el volumen ingerido y se produce una disminución fisiológica del apetito. A esta edad el pequeño se incorpora paulatinamente a los horarios de alimentación del resto de la familia. El momento de las comidas debe ser compartido, toda vez que se pueda, con el resto del grupo familiar, con la máxima frecuencia que permitan las actividades del grupo y las necesidades de alimentación y del ciclo sueño-vigilia de la niña o niño. La participación de las niñas y los niños en su propia comida, y en la del grupo familiar, debe representar para todos, una experiencia de socialización positiva, que de ninguna manera se asocie a reproches, castigo o imposiciones, pero tampoco a gratificaciones que vayan más allá de la experiencia placentera de alimentarse.

Desde el punto de vista fisiológico, la salida de los dientes continúa y con ella aumenta progresivamente la madurez de las funciones bucales (masticación y deglución), aparecen las primeras muelas, con lo cual el niño está en condiciones de comer una alimentación de mayor consistencia. Es necesario también, que ejercite los labios para lograr el cierre bucal normal, lo que se facilita permitiéndole que coma trozos de alimentos blandos manejados con sus propias manos y, también, enseñarle a beber de un vaso sin que derrame líquido. No olvidar que el niño debe y quiere aprender la mecánica de la alimentación para hacerse autosuficiente al alimentarse. En esta etapa se debe incorporar el uso de cepillo de dientes sin pasta dental, para el aseo bucal.

Entre los líquidos a aportar se recomienda el agua a voluntad con un aproximado de 200 mililitros al día, es decir, casi un vaso. (Anexo 16 Menús para Lactantes C)

Maternal (1 Año 6 meses - 3 Años)

La integración de la niña o el niño a la alimentación de la familia tiene su punto final cuando se cumplen los dos años. En esta edad los niños ya cuentan con dientes suficientemente fuertes para comer cualquier tipo de alimentos. Sin embargo, hay que recalcar que aunado a todo el proceso de alimentación viene la formación de hábitos, por lo que se recomienda que se cumplan los criterios de la alimentación correcta para que, en la medida de lo posible, se contribuya a una adecuada alimentación y se promuevan hábitos alimentarios saludables.

Cabe señalar que la leche que se incorpore a partir de esta edad, puede ser semidescremada, siempre y cuando se esté alimentando de forma adecuada y su crecimiento se encuentre dentro del rango de lo normal, y el proceso en el que se cambia a descremada puede darse paulatinamente hacia los 6 años.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 19 de 49





Preescolar (3 Años - 5 Años 11 Meses)

Durante esta etapa es importante vigilar el crecimiento y desarrollo de la niña o el niño. Con respecto al crecimiento, se espera que a partir de los dos años y hasta los 9 o 10, aumenten de peso entre 2 y 3 kg, y de estatura de 6 a 8 cm. por año.

En cuanto al desarrollo psicosocial resaltan las siguientes características:

- En esta etapa disminuye la velocidad de crecimiento, por lo que también el apetito es menor y variable. Es importante siempre respetar la cantidad de alimento que el niño desea comer y no forzarlo para que aprenda a diferenciar las señales de hambre o saciedad, y responder de manera adecuada. En este sentido se debe cuidar que los refrigerios/colaciones no interfieran con los horarios de las comidas, para que el niño tenga apetito suficiente a la hora de las comidas mayores. En caso de que manifieste que no tiene hambre a esta hora, se le debe pedir que de todos modos permanezca sentado a la mesa y dejarle claro que no habrá alimentos hasta la siguiente comida.
- Alrededor de los cuatro años se presenta una combinación de independencia y sociabilidad en los niños, por ejemplo: le gusta elegir qué platillos comerá, y le agrada ayudar en los quehaceres del hogar, por ejemplo, es capaz de poner la mesa correctamente.
- A los cinco años ya se tiene mayor independencia y capacidad para la amistad. Durante la comida suele mostrarse sociable y platicador.

Con base en estas características, se recomienda poner especial atención al lavado de manos y hábitos correctos de higiene personal, alimentación y actividad física.

En esta etapa suelen presentarse tres principales problemas de alimentación:

- **Obesidad.** La cual suele ocasionar dificultad para relacionarse con otros niños, disminución de las habilidades físicas y consecuencias emocionales de baja autoestima. Es importante mencionar que aquellos niños que presentan obesidad a edad temprana, aumentan su riesgo de padecerla durante la edad adulta, así como otras enfermedades consecuencia de ésta, por ejemplo, Diabetes, Hipertensión, Cáncer, entre otras.
- **Anemia por deficiencia de hierro.** La cual afecta su desarrollo mental y suele reflejarse en un bajo desempeño escolar. La anemia puede relacionarse con un

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 20 de 49





- **Consumo excesivo de leche**, ya que dificulta la absorción de hierro y puede sustituir el consumo de otros alimentos fuente de hierro. Otra causa de anemia son los parásitos como las amibas, ya que producen pérdidas de sangre.
- **Caries**. Por lo que se recomienda evitar el consumo de alimentos altos en azúcar entre las comidas, lavar los dientes o al menos enjuagar la boca o beber agua natural después de la comida, e ir a revisiones con el dentista dos veces al año. (Anexo 17 Menús para Maternales y Preescolares)

Preparación de Menús

La sencillez en la preparación no omite que se sigan algunos consejos prácticos para la introducción de los alimentos:

- **Carne**: se sugiere que esté muy bien cocida (más de lo habitual para brindarla a Lactantes), a fin de presentar una consistencia blanda. Se recomienda que ésta sea sin piel y sin grasa. Una vez que ya se haya probado de esta manera, se sugiere combinar con otros alimentos como las verduras, a fin de aumentar los nutrimentos y tener diversidad en texturas y sabores.
- **Verduras**: se recomienda cocer al vapor y que sean de consistencia suave.
- **Frutas**: de preferencia que sean crudas y suaves, éstas deberán rallarse (o rasparse para los Lactantes), a fin de obtener la textura deseada. En caso de contar con frutas que tengan un sabor más ácido sin ser frutas cítricas (ej. manzanas que se pueden clasificar por el grado de dulzura, pero también por el grado de acidez, como las manzanas verdes), se recomienda cocerlas al vapor para favorecer la obtención de sus azúcares. En el caso de Maternales y Preescolares se recomienda dar las frutas enteras y de preferencia crudas.
- **Cereales**: se recomienda combinarse con leche materna para lactantes, sucedáneos o agua hervida. Una vez que ya se haya probado de esta manera, se sugiere combinar con otros alimentos como las frutas, para aumentar los nutrimentos y tener diversidad en texturas y sabores.
- **Leguminosas**: se recomienda que una vez que pasen por el proceso de cocción, se licúen y se cuelen con el fin de evitar la cascarilla para lactantes. A partir de los 12 meses de edad no será necesario moler ni colar.

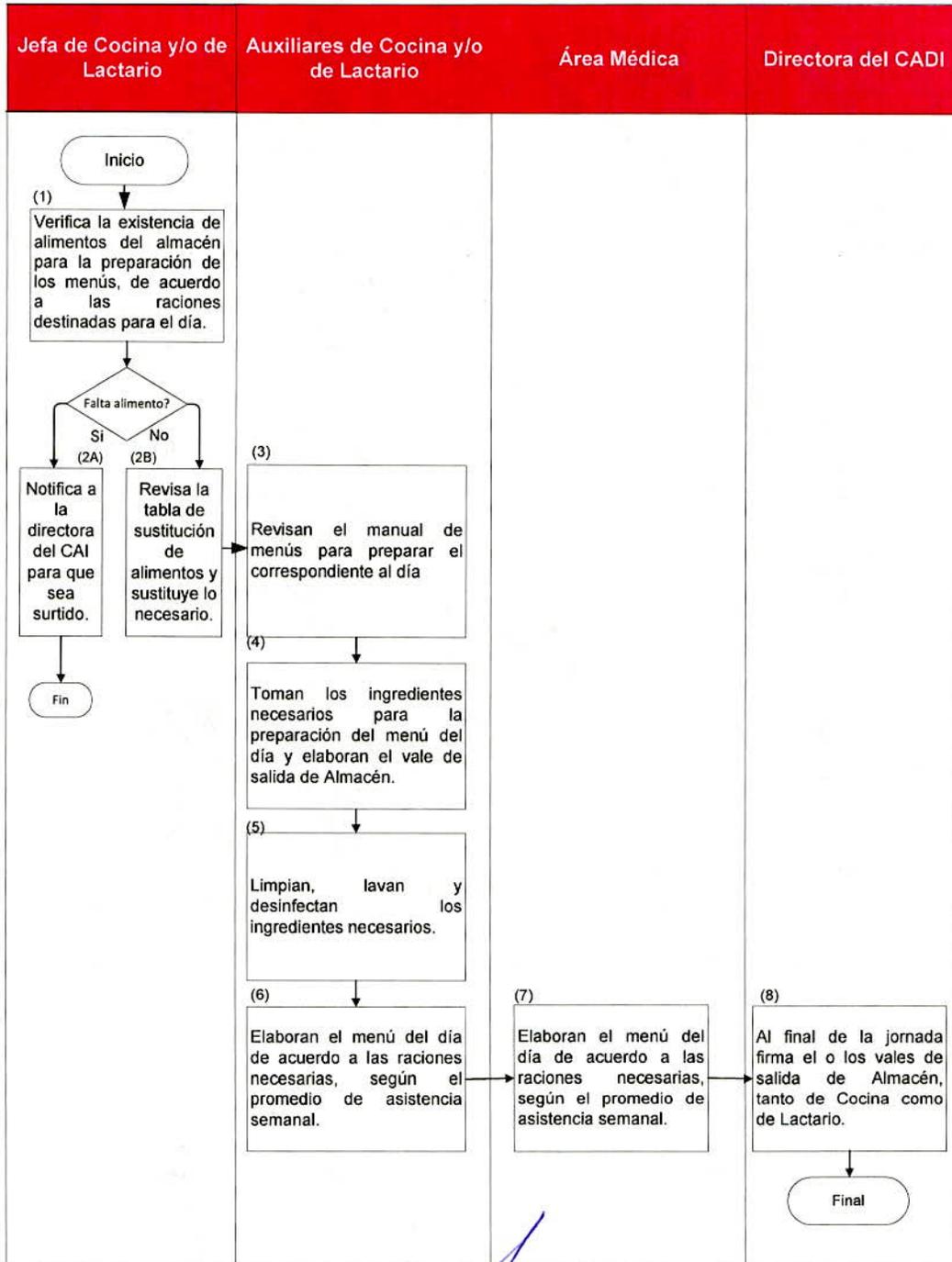
FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 21 de 49





5.9. Preparación de Alimentos CAI

a. Flujograma



FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 22 de 49

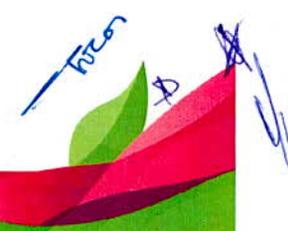




b. Descripción Narrativa

Jefa de Cocina y/o de Lactario	Auxiliares de Cocina y/o de Lactario	Área Médica	Directora del CADI
1 Verifica la existencia de alimentos del almacén para la preparación de los menús, de acuerdo a las raciones destinadas para el día.			
2 En caso de faltar algún ingrediente para el menú, notifica a la directora del CAI para que sea surtido. De lo contrario, revisa la tabla de sustitución de alimentos y sustituye lo necesario.	3 Revisan el manual de menús para preparar el correspondiente al día.		
	4 Toman los ingredientes necesarios para la preparación del menú del día y elaboran el vale de salida de Almacén.		
	5 Limpian, lavan y desinfectan los ingredientes necesarios.		
	6 Elaboran el menú del día de acuerdo a las raciones necesarias, según el promedio de asistencia semanal.	7 Corroboran el sabor y temperatura de los alimentos ya preparados, antes de servir a los becarios.	8 Al final de la jornada firma el o los vales de salida de Almacén, tanto de Cocina como de Lactario.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 23 de 49





Esquema de Alimentación Complementaria

El esquema de Alimentación Complementaria, establece la manera de introducir paulatinamente los alimentos a los Lactantes B de 6 meses a 1 año de edad; de acuerdo a su edad, tipo de alimentos, frecuencia y consistencia que se brindará.

Edad Cumplida	Alimentos a Introducir	Frecuencia	Constancia
0-6 Meses	Lactancia materna exclusiva	A libre demanda	Líquida
6-7 Meses	Carne (ternera, pollo, pavo, res, cerdo hígado)*, verduras, frutas Cereales (arroz, maíz, trigo, avena, centeno, amaranto, cebada, tortilla, pan, galletas, pastas, cereales infantiles precocidos adicionados)	2 a 3 veces al día	Purés, Papillas
7-8 Meses	Leguminosas (frijol, haba, garbanzo, lenteja, alubia)	3 veces al día	purés, picados dinos, alimentos machacados
8-12 Meses	Derivados de leche (queso, yogurt y otros) Huevo y pescado**	3-4 veces al día	Picados finos, trocitos
12 Meses	Frutas cítricas, leche entera*** El niño o niña se incorpora a la dieta familiar	4-5 veces al día	Trocitos pequeños

Si no hay antecedentes familiares de alergia (Se recomienda brindar estos alimentos hasta el primer año de edad)

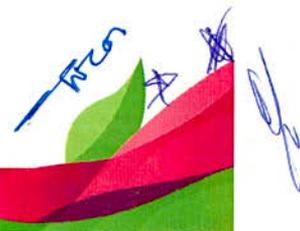
***Si hay antecedentes familiares de alergia se brindarán estos alimentos en poca cantidad y bajo **observación. En caso de reacción alérgica, evitar dichos alimentos.

Fuente: Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2012, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación.

Se recomienda introducir solo un alimento nuevo a la vez por dos o tres días, con el propósito de valorar su tolerancia y descartar alergia al mismo. Por ejemplo, si el lactante ha comido y tolerado manzana, pera y zanahoria, y se desea agregar calabacita a la dieta, se introducen estos cuatro alimentos durante tres o cuatro días, para después agregar uno nuevo más.

Es conveniente garantizar el aporte de hierro y zinc por medio de la alimentación complementaria, por lo que se recomienda a partir de los seis meses de edad el consumo diario de carne, como se especifica en el esquema anterior.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 24 de 49





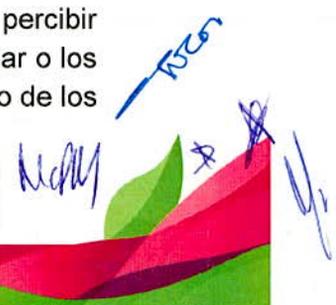
A continuación se enlistan las características de algunos alimentos que no se recomienda incorporar en la alimentación complementaria antes de los 12 meses:

- **Leche de vaca:** No se recomienda que se introduzca antes de los 12 meses, pues se ha observado que tiene una relación más estrecha con enfermedades, que con beneficios a la salud.
- **Pescado:** Aunque es un alimento valioso, no se le considera por su asociación con alergias o reacciones adversas alimentarias.
- **Huevo:** Al igual que el pescado, está asociado con alergias y se deberá vigilar, durante el curso de su introducción, la tolerancia y posibles efectos adversos. Una vez que se introduzca a la alimentación, éste debe estar bien cocido.
- **Bebidas que contienen cafeína:** Habrá que evitar durante los primeros años el café, té o chocolate, además del refresco por su aporte alto de cafeína, la cual impide la adecuada absorción de calcio.
- **Bebidas azucaradas:** No se recomiendan estas bebidas por su nulo valor nutritivo, y porque generan hábitos que en la edad adulta se traducen en enfermedades crónicas no transmisibles, como la diabetes.
- **Productos lácteos:** Estos productos no fueron diseñados como alimentos complementarios (aunque su textura así lo aparente), por lo mismo se considera que no se deben incluir durante los primeros dos semestres, además que su costo es alto en comparación con otros alimentos como las frutas.
- **Frutas y verduras:** Algunas frutas y verduras como la fresa, el betabel, y cítricos como naranja, limón, lima, toronja y mandarina tienen fuertes asociaciones con alergias, por lo que no se recomienda su introducción antes de los 12 meses.
- **Oleaginosas:** De igual forma, los cacahuates y nueces están asociados a alergias y no se recomienda que se proporcionen antes de los 12 meses. Además que por su consistencia y tamaño pueden aumentar el riesgo de asfixia.

Consistencia de Alimentos

En la alimentación del lactante se hace mucho énfasis en la textura de los alimentos. Se entiende por textura aquellas cualidades que podemos percibir con el sentido del tacto, en este caso puede ser con las manos, el paladar o los dientes. La escala de textura de los alimentos es muy amplia y en el caso de los

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 25 de 49





alimentos para lactantes, por el grado de blandura o suavidad se podrían clasificar en dos: el puré y la papilla. Como se muestra en la tabla de consistencias de alimentos.

El puré es una crema espesa hecha con cualquier alimento, excepto el queso, ésta se tritura (o licúa) hasta obtener una textura suave y sin grumos ni cascarillas.

En el caso de la papilla, ésta es una especie de puré hecho con leche, cereales y, en algunos casos, con leguminosas. Tiene más textura que la primera y esto fomenta y acostumbra la masticación en los pequeños. Por este motivo, a la papilla se le pueden ir incorporando trozos de alimentos para preparar a los pequeños a la integración de la alimentación familiar. El cambio, en el tamaño de los trozos debe ser de forma gradual hasta que observemos que el niño no tiene problemas para masticarlo y deglutirlo; cada mes o par de meses se puede cambiar a la siguiente técnica (picado fino y en trozos).

Para mejorar estas técnicas, se recomienda que los alimentos, después de haberlos hecho puré o papilla, no pasen mucho tiempo en espera, ya que el proceso de oxidación acelera la pérdida de ciertos nutrimentos, como las vitaminas.

Cuando la niña o el niño se integran a la alimentación familiar, se considera que los alimentos ya son sólidos, sin embargo dependerá del tamaño del alimento para poder ser ingerido adecuadamente. Por esta razón se hace énfasis en el picado de los alimentos. La forma de identificar el tamaño ideal de esta técnica, es de acuerdo al grado de manipulación que el niño haga con sus manos sobre el alimento. Dicho en otras palabras, lo que el niño pueda agarrar y sostener con los dedos para llevárselo a la boca.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 26 de 49





Tabla de Consistencia de Alimentos

Edad	Sala	Consistencia
6 - 7 meses	LACTANTES B	Papilla o puré
7 - 8 meses	LACTANTES B	Purés, Picados extrafinos o Machacados
8 - 12 meses	LACTANTES B	Picados finos o en trocitos
13 - 18 meses	LACTANTES C	Trocitos pequeños
+ 19 meses	MATERNAL Y PREESCOLAR	Picado normal.

Cuadro de Sustitución de Alimentos

La siguiente tabla describe la opción por la cual se puede sustituir cada uno de los grupos de alimentos en caso de ser necesario; como por falta de insumos, dar mejor consistencia al platillo, mayor aceptación, etc. Asimismo señala los alimentos que no deberán utilizarse y el motivo por el que no pueden ser utilizados.

Es importante señalar que la sustitución de alimentos se llevará a cabo únicamente previa autorización del área de Nutrición y por los motivos descritos anteriormente.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 27 de 49





Grupo	Sustitución	No utilizar	Motivo
Frutas	Una fruta se puede sustituir solo por otra fruta y únicamente en caso del desayuno por jugo de fruta natural. Ejemplo: papaya por sandía, melón, piña, naranja sin semilla, etc.	- Fresas - Chabacano, uvas, tejocote, capulín ciruelas.	- Contienen gérmenes patógenos que son difíciles de eliminar. - por su tamaño son peligrosas para los niños.
Verduras	Una verdura se puede sustituir sólo por otra verdura. Ejemplo: chayote por calabacita, zanahoria, espinacas, acelgas, brócoli, coliflor etc.	- Espinacas crudas, chile picantes, chayote con espinacas, huitlacoche, quelite, champiñón fresco.	- Contienen gérmenes patógenos que son difíciles de eliminar y los chiles son irritantes para los niños.
Carnes	Una carne se puede sustituir por otra carne, por queso, huevo o por embutido. Ejemplo: res por pollo, atún, pescado, salchicha, queso, huevo o jamón y viceversa.	- Rechazos de pollo o de res, carne y patas de cerdo, huesos, mariscos, vísceras, queso de puerco.	- Tiene un manejo higiénico deficiente, y la carne de cerdo y los mariscos son alimento altamente alergénicos para los niños.
Leguminosas	Una leguminosa se puede sustituir sólo por otra leguminosa. Ejemplo: frijol por lenteja, haba, garbanzo, alubias, soya y viceversa.		
Cereales	Un cereal se puede sustituir por otro cereal. Ejemplo: arroz por papa o sopa de pasta, pan de caja por galletas, bolillo, tortilla etc.		
Postres	Natilla por arroz con leche, gelatina de leche, flan, Jericalla, fruta, fruta en almíbar, ate, etc.	- Dulces sin envoltura ni caramelo macizo.	- Manejo higiénico deficiente. - Si se trozan pueden ser peligrosos para los niños.
Concentrado de Frutas	Para obtener una ración de jugo de fruta natural: - Naranja, lima, mandarina 220 g. - Papaya, melón, piña 150 g. + 60 ml. 10 g.	- Saborizantes líquidos o en polvo.	- No son sustitutos y traen alto contenido de azúcar y color artificial.

Fuente: IMSS

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 28 de 49

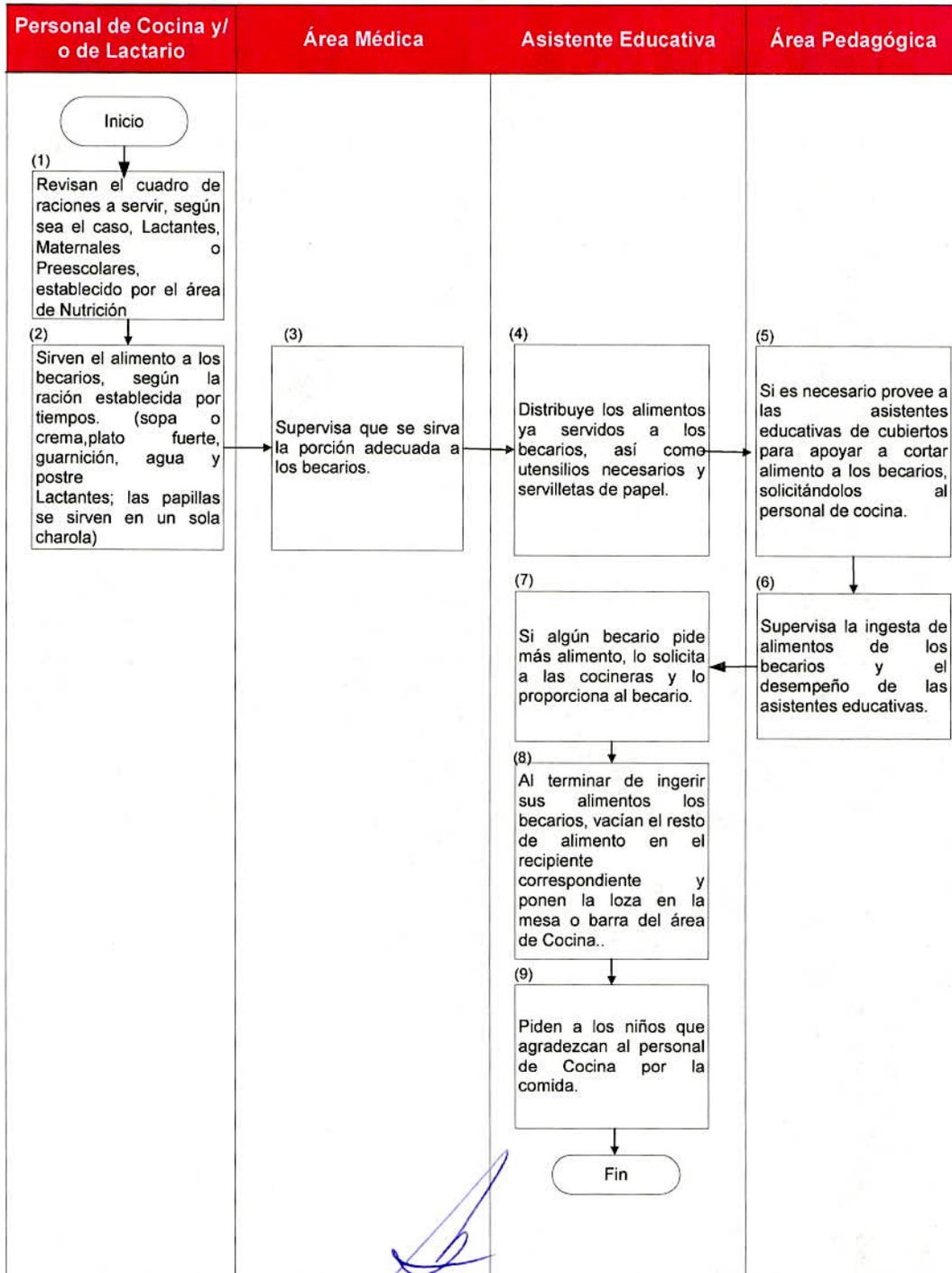
Maki

15/04

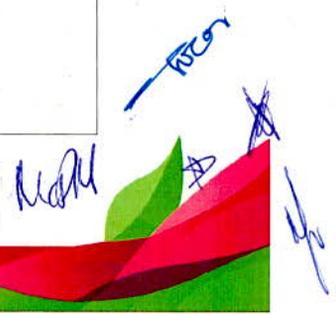


5.10. Servir Alimento CAI

a. Flujoograma



FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 29 de 49

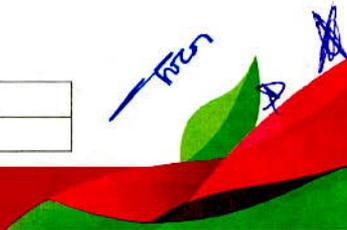




b. Descripción Narrativa

Personal de Cocina y/o de Lactario	Área Médica	Asistente Educativa	Área Pedagógica
1. Revisan el cuadro de raciones a servir, según sea el caso, Lactantes, Maternales o Preescolares, establecido por el área de Nutrición.			
2. Sirven el alimento a los becarios, según la ración establecida por tiempos, primero la sopa o crema, enseguida el plato fuerte, la guarnición y el agua y por último el postre. -En caso de los Lactantes se sirven todas las papillas en una sola charola, solo que administrándolas en el orden sugerido.	3. Supervisa que se sirva la porción adecuada a los becarios.	4. Distribuye los alimentos ya servidos a los becarios, así como utensilios necesarios y servilletas de papel.	5. Si es necesario provee a las asistentes educativas de cubiertos para apoyar a cortar alimento a los becarios, solicitándolos al personal de cocina.
			6. Supervisa la ingesta de alimentos de los becarios y el desempeño de las asistentes educativas.
		7. Si algún becario pide más alimento, lo solicita a las cocineras y lo proporciona al becario.	
		8. Al terminar de ingerir sus alimentos los becarios, vacían el resto de alimento en el recipiente correspondiente y ponen la loza en la mesa o barra del área de Cocina.	
		9. Piden a los niños que agradezcan al personal de Cocina por la comida.	

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 30 de 49





Raciones a Servir para los Becarios de Acuerdo a sus Requerimientos Nutricionales

Raciones a Servir para Becarios Lactantes "B" y "C" de CAI		
Cantidad/Niño		
Alimentos	6 – 9 Meses	
Jugo o agua de fruta	90 ml.	
Puré de fruta	60 g.	
Puré de verdura	80 g.	
Puré de cereal	40 g.	
Gelatina de agua	50 g.	
Puré de carnes	20 g.	
Puré de leguminosas	20 g.	
Cantidad/Niño		
Alimentos	10 – 12 Meses	13 – 18 Meses
Fruta de temporada	70 g.	100 g.
Jugo de fruta	100 ml.	140 ml.
Leche con sabor	0	160 ml.
Yogurt	100 ml.	120 ml.
Biberón con fórmula de seguimiento	120 ml. o 4 oz.	0
Huevo revuelto y/o preparado	0	70 g.
Chilaquiles preparados	60 g.	80 g.
Sopas caldosas, caldos preparados	120 ml.	140 ml.
Sopas de *leguminosas	80 g.	90 g.
Sopa de arroz y pasta seca	50 g.	60 g.
Carnes	70 ml.	80 ml.
Purés	50 g.	60 g.
Frijoles refritos	40 g.	50 g.
Ensaladas crudas o cocidas	50 g.	60 g.
Guisados de carnes	60 g.	70 g.
Guisados de verduras	70 g.	80 g.
Tortitas preparadas	50 g.	60 g.
Gelatina	60 g.	70 g.
Arroz con leche	50 g.	70 g.
Natillas	50 g.	70 g.
Cereal	20 g.	25 g.
Galletas dulces o saladas	10 g.	20 g.
Pan de caja (blanco o integral)	10 g.	20 g.

Leguminosas: Frijol, Lentejas, Habas, Garbanzos, Alubias.

* Los menús de Lactantes B y C están basados en una dieta de 800 Kcal/LB Y 1,000 Kcal/LC/día.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 31 de 49





Raciones a Servir para Becarios de Maternal y Preescolar de CAI		
Cantidad/Niño		
Alimentos	Maternal	Preescolar
Fruta de temporada	120 g.	150 g.
Jugo de fruta	140 ml.	160 ml.
Leche con sabor	180 ml.	200 ml.
Yogurt	130 ml.	150 ml.
Biberón con fórmula de seguimiento	0	0
Huevo revuelto y/o preparado	80 g.	90 g.
Chilaquiles preparados	90 g.	100 g.
Sopas caldosas, caldos preparados	150 ml.	160 ml.
Sopas de *leguminosas	90 g.	100 g.
Sopa de arroz y pasta seca	65 g.	70 g.
Carnes	90 ml.	100 ml.
Purés	65 g.	75 g.
Frijoles refritos	55 g.	60 g.
Ensaladas crudas o cocidas	70 g.	75 g.
Guisados de carnes	70 g.	80 g.
Guisados de verduras	85 g.	90 g.
Tiritas de pollo o res	2 pza.	3 pza.
Tortitas preparadas	65 g.	70 g.
Gelatina o flan	70 g.	80 g.
Arroz con leche	70 g.	80 g.
Fruta con crema o yogurt	90 g.	90 g.
Natillas	60 g.	70 g.
Cereal	35 g.	45 g.
Galletas dulces o saladas	25 g.	35 g.
Pan de caja (blanco o integral)	25 g.	35 g.
Tortilla de harina o maíz	1 pza.	2 pza.

*Leguminosas: Frijol, Lentejas, Habas, Garbanzos, Alubias.

*Los menús de Maternal y Preescolar están basados en una dieta de 1,200 Kcal/Maternales y 1,500 Kcal/Preescolares/día.

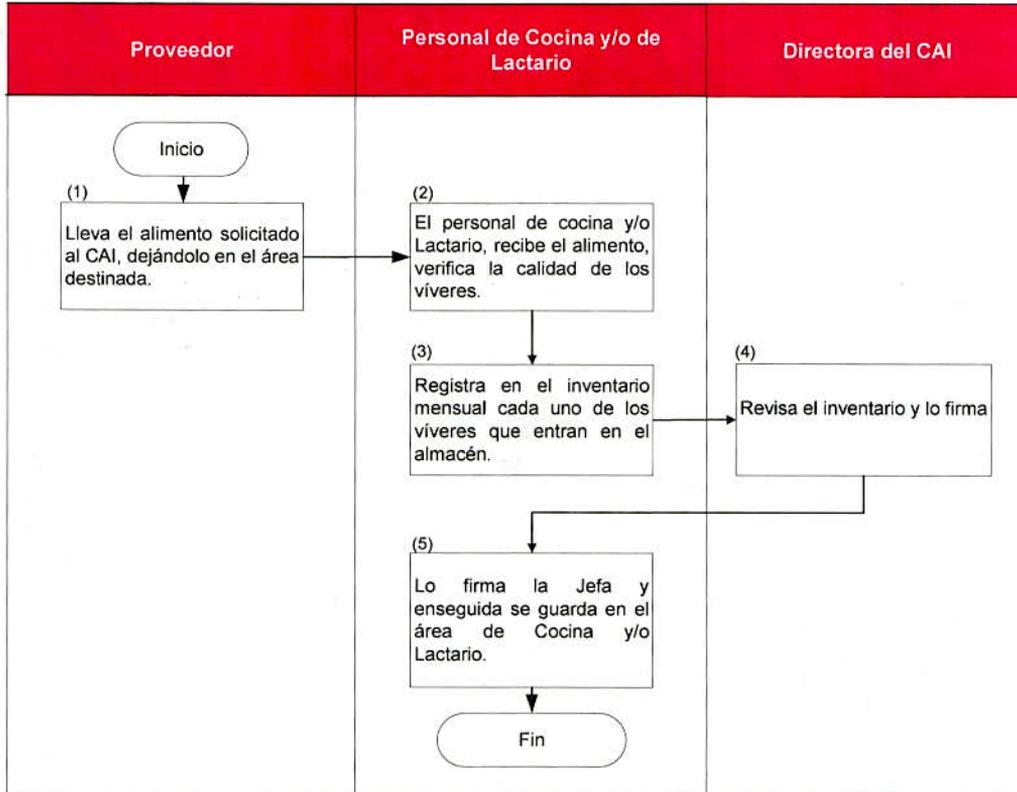
FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 32 de 49





5.11. Recepción de Alimento

a. Flujoograma



b. Descripción Narrativa

Proveedor	Personal de Cocina y/o de Lactario	Directora del CAI
1 Lleva el alimento solicitado al CAI, dejándolo en el área destinada.	2 El personal de cocina y/o Lactario, recibe el alimento, verifica la calidad de los víveres.	
	3 Registra en el inventario mensual cada uno de los víveres que entran en el almacén.	4 Revisa el inventario y lo firma
	5 Lo firma la Jefa y enseguida se guarda en el área de Cocina y/o Lactario.	

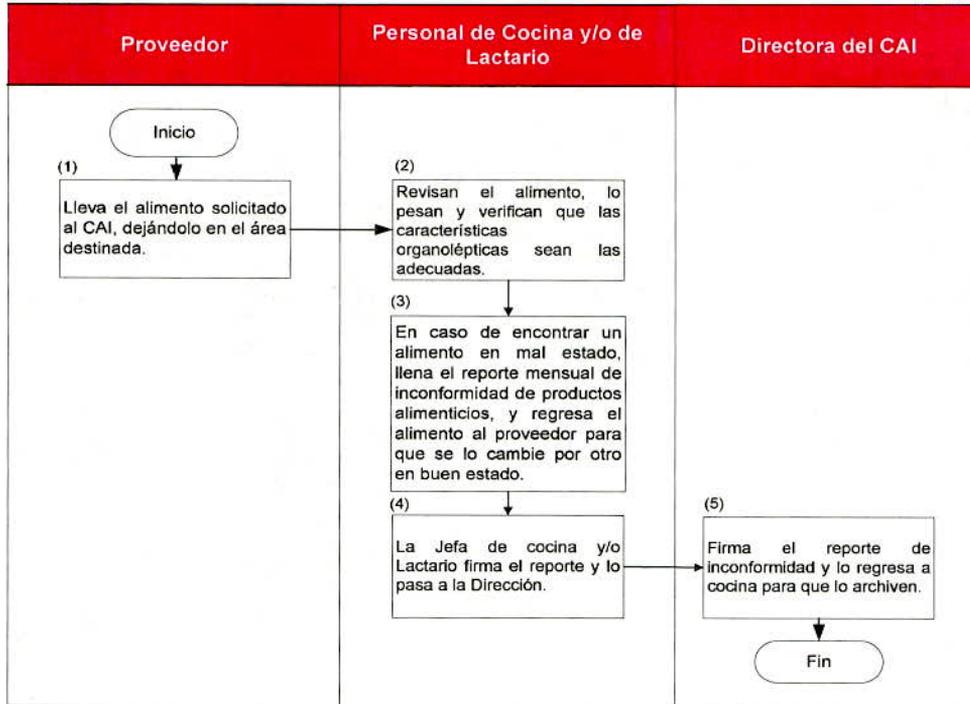
FECHA DE ELABORACIÓN: 29 Marzo 2012	FECHA DE ACTUALIZACIÓN: 14 Noviembre 2017	VERSIÓN: 02 PÁGINA: 33 de 49
--	--	---------------------------------





5.12. Reporte y Devolución de Alimento

a. Flujoograma



b. Descripción Narrativa

Proveedor	Personal de Cocina y/o de Lactario	Directora del CAI
1 Lleva el alimento solicitado al CAI, dejándolo en el área destinada.	2 Revisan el alimento, lo pesan y verifican que las características organolépticas sean las adecuadas.	
	3 En caso de encontrar un alimento en mal estado, llena el reporte mensual de inconformidad de productos alimenticios, y regresa el alimento al proveedor para que se lo cambie por otro en buen estado.	
	4 La Jefa de cocina y/o Lactario firma el reporte y lo pasa a la Dirección.	5 Firma el reporte de inconformidad y lo regresa a cocina para que lo archiven.

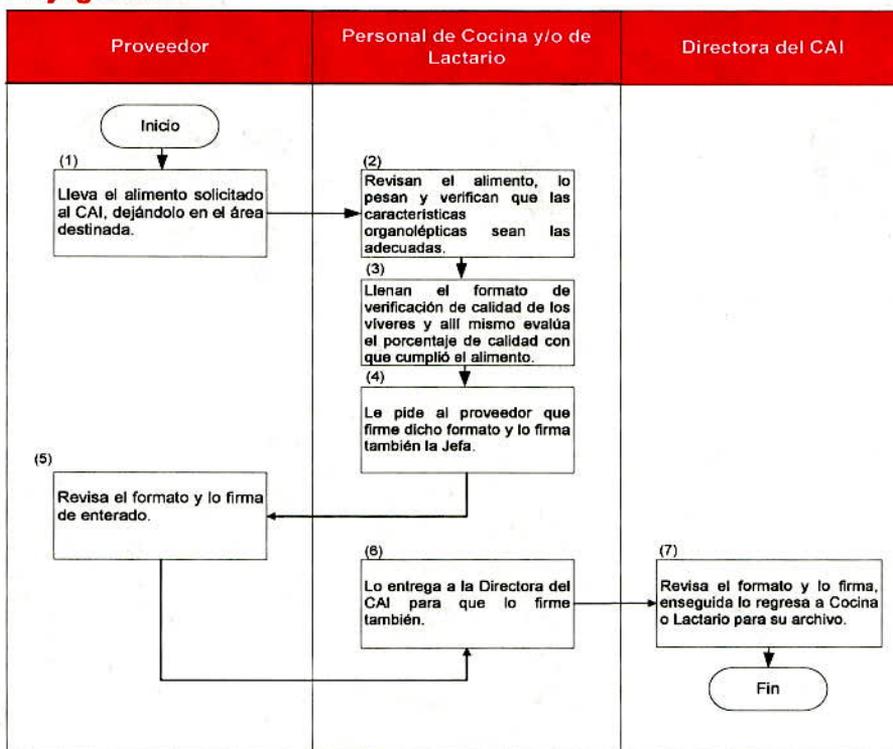
FECHA DE ELABORACIÓN: 29 Marzo 2012	FECHA DE ACTUALIZACIÓN: 14 Noviembre 2017	VERSIÓN: 02 PÁGINA: 34 de 49
--	--	---------------------------------

Handwritten signatures and initials in blue ink.



5.13. Verificar Víveres

a. Flujoograma



b. Descripción Narrativa

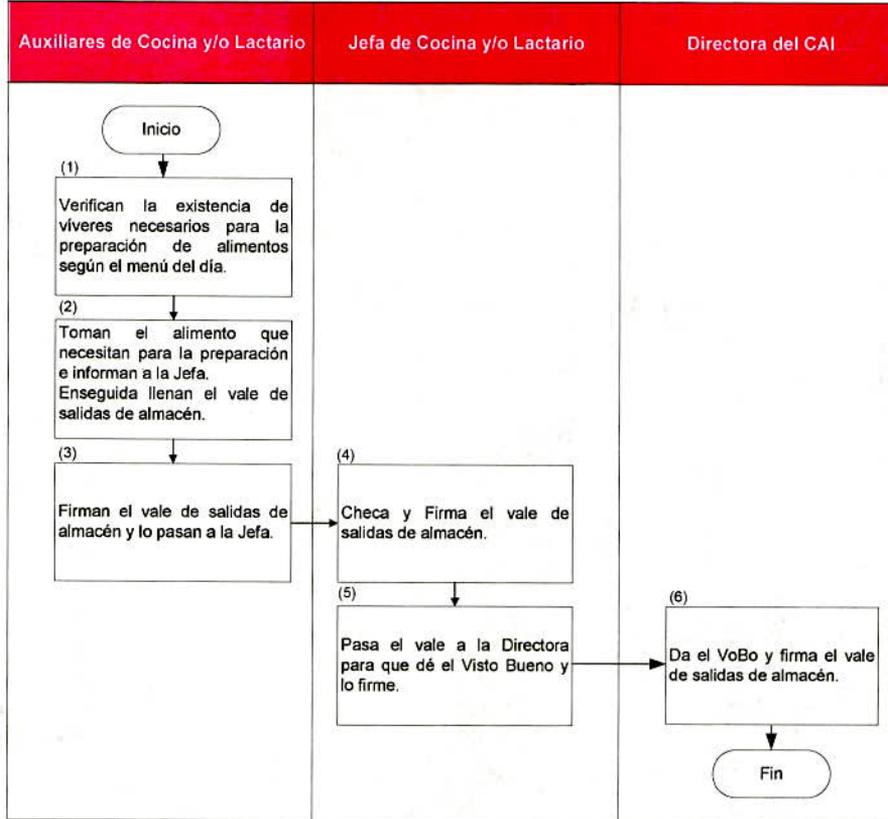
Proveedor	Personal de Cocina y/o de Lactario	Directora del CAI
1 Lleva el alimento solicitado al CAI, dejándolo en el área destinada.	2 Revisan el alimento, lo pesan y verifican que las características organolépticas sean las adecuadas.	
	3 Llenan el formato de verificación de calidad de los víveres y allí mismo evalúa el porcentaje de calidad con que cumplió el alimento.	
	4 Le pide al proveedor que firme dicho formato y lo firma también la Jefa.	
5 Revisa el formato y lo firma de enterado.	6 Lo entrega a la Directora del CAI para que lo firme también.	7 Revisa el formato y lo firma, enseguida lo regresa a Cocina o Lactario para su archivo.





5.14. Salidas de Almacén

a. Flujograma



b. Descripción Narrativa

Auxiliares de Cocina y/o Lactario	Jefa de Cocina y/o Lactario	Directora del CAI
1. Verifican la existencia de víveres necesarios para la preparación de alimentos según el menú del día.		
2. Toman el alimento que necesitan para la preparación e informan a la Jefa. Enseguida llenan el vale de salidas de almacén.		
3. Firman el vale de salidas de almacén y lo pasan a la Jefa.	4. Checa y Firma el vale de salidas de almacén.	
	5. Pasan el vale a la Directora para que dé el Visto Bueno y lo firme.	6. Da el Vo. Bo. y firma el vale de salidas de almacén.

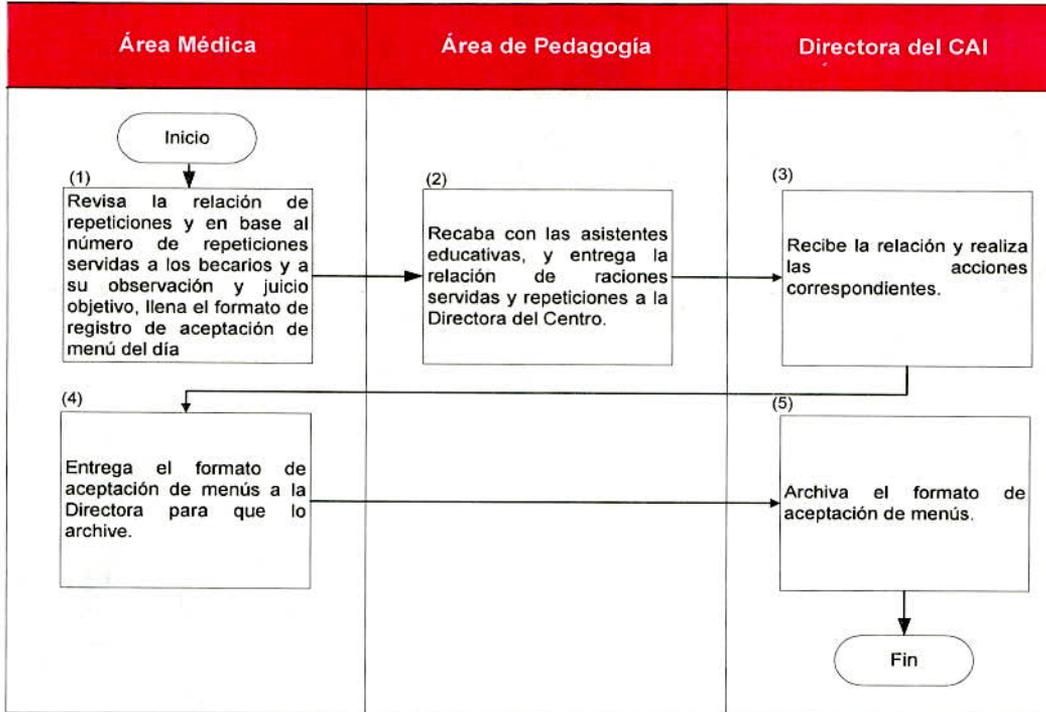
FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 36 de 49





5.15. Registro de Aceptación

a. Flujoograma



b. Descripción Narrativa

Área Médica	Área de Pedagogía	Directora del CAI
<p>1 Revisa la relación de repeticiones y en base al número de repeticiones servidas a los becarios y a su observación y juicio objetivo, llena el formato de registro de aceptación de menú del día.</p>	<p>2 Recaba con las asistentes educativas, y entrega la relación de raciones servidas y repeticiones a la Directora del Centro.</p>	<p>3 Recibe la relación y realiza las acciones correspondientes.</p>
<p>4 Entrega el formato de aceptación de menús a la Directora para que lo archive.</p>		<p>5 Archiva el formato de aceptación de menús.</p>

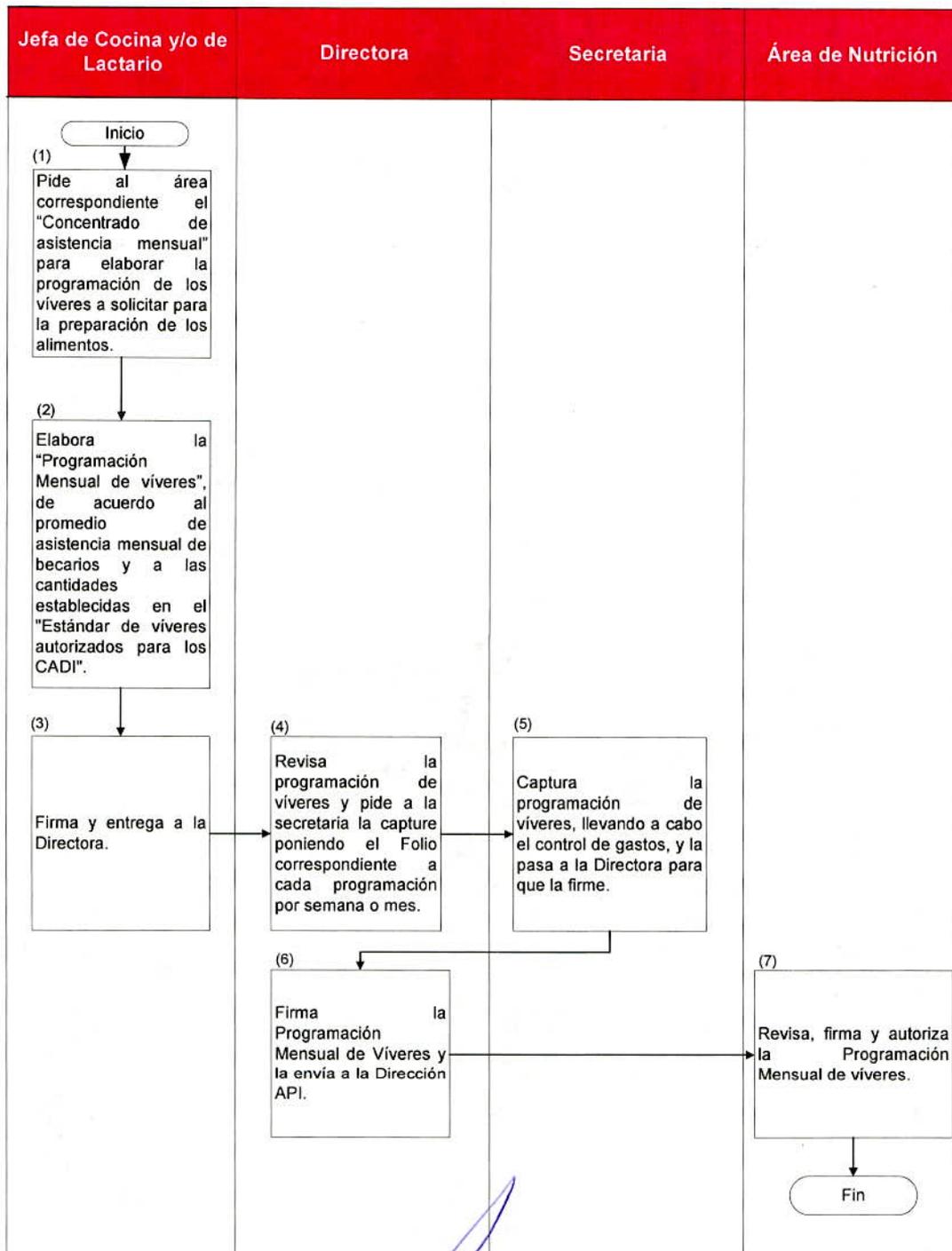
FECHA DE ELABORACIÓN: 29 Marzo 2012	FECHA DE ACTUALIZACIÓN: 14 Noviembre 2017	VERSIÓN: 02 PÁGINA: 37 de 49
--	--	---------------------------------





5.16. Programación Mensual

a. Flujoograma



FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 38 de 49





b. Descripción Narrativa

Jefa de Cocina y/o de Lactario	Directora	Secretaria	Área de Nutrición
1 Pide al área correspondiente el "Concentrado de asistencia mensual" para elaborar la programación de los víveres a solicitar para la preparación de los alimentos.			
2 Elabora la "Programación Mensual de víveres", de acuerdo al promedio de asistencia mensual de becarios y a las cantidades establecidas en el "Estándar de víveres autorizados para los CADI", sin rebasar dichas cantidades. En caso necesario de solicitar mayor cantidad, será previa autorización del área de Nutrición.			
3 Firma y entrega a la Directora.	4 Revisa la programación de víveres y pide a la secretaria la capture poniendo el Folio correspondiente a cada programación por semana o mes.	5 Captura la programación de víveres, llevando a cabo el control de gastos, y la pasa a la Directora para que la firme.	
	6 Firma la Programación Mensual de Víveres y la envía a la Dirección API.		7 Revisa, firma y autoriza la Programación Mensual de víveres.

FECHA DE ELABORACIÓN: 29 Marzo 2012	FECHA DE ACTUALIZACIÓN: 14 Noviembre 2017	VERSIÓN: 02 PÁGINA: 39 de 49
--	--	---------------------------------





Nota: En caso de que incremente o disminuya la población y no alcance el alimento programado, se podrán ajustar las cantidades de alimento solicitadas.

Almacenaje de Productos Alimenticios

Una vez que se hayan adquirido estos insumos, es primordial conocer las formas adecuadas de almacenamiento para su conservación y utilización.

- **Condiciones del Almacén**

El lugar o espacio donde deben resguardarse los alimentos debe contar con ciertas condiciones para mantener la integridad de los productos.

Es necesario contar con un lugar específico para su almacenaje que deberá estar libre de fauna nociva o factores que puedan desarrollarla. Se recomienda que el lugar esté sellado para no permitir la entrada de animales e insectos. Si cuenta con ventana, ésta deberá permanecer cerrada y, como medida de seguridad, deberá tener una malla protectora contra insectos; además se recomienda acomodar los insumos de tal manera que el aire circule de forma natural entre ellos. Este espacio de almacenamiento debe carecer de humedad, así como evitar que los rayos de sol lleguen de forma directa.

Los alimentos no deben estar en contacto directo con el suelo, por lo que se aconseja colocarlos en tarimas o anaqueles y cerciorarse de no apilar demasiados productos para evitar dañar la mercancía. También se recomienda evitar el uso de costales o cajas de cartón para su almacenaje, en este caso, es recomendable sacar el producto y vaciarlo en contenedores que sellen perfectamente y cuyo material sea fácil de limpiar. Saber acomodarlos es fundamental para su óptima utilización, por lo que de preferencia se aconseja guardarlos conforme a la fecha de caducidad, de esta manera, estarán disponibles aquellos alimentos que su fecha esté próxima a caducar y se mantendrán en espera aquellos que presenten fecha más prolongada.

Para aquellos alimentos que necesiten refrigeración o congelación, es necesario verificar que las temperaturas sean las adecuadas (el refrigerador deberá estar a máximo 7° centígrados, el congelador deberá estar a máximo 4° centígrados), y que una vez que los alimentos sean congelados, no podrán pasar por este proceso nuevamente.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 40 de 49





- **Sanidad del Almacén**

La higiene es uno de los puntos más sensibles que se deben tomar en cuenta. En este apartado hay que hacer énfasis en la limpieza general del establecimiento, procurando tener los pisos limpios y libres de sustancias que puedan provocar accidentes (agua, aceite o residuos de comida que se haya caído). Asimismo, tener las paredes libres de polvo o residuos de comida que pueda ser un factor para el desarrollo y multiplicación de fauna nociva; de igual forma, es fundamental mantener una limpieza general de equipos y utensilios para evitar el desarrollo de fauna nociva.

- **Administración del Almacén**

El almacén de víveres donde se recibe, almacena y conserva la materia prima, así como donde se controlan y distribuyen los insumos, los materiales y el equipo de consumo e inventariable, está integrado por las siguientes secciones de trabajo:

- **Sección de recepción.** Es donde se recibe, verifica y selecciona el producto abastecido por los proveedores.
- **Sección de control administrativo.** Aquí se llevan los procedimientos de control administrativo, facturas, remisiones y requisiciones de materia prima, así como el control de inventarios.
- **Zona de almacenamiento temporal de perecederos** (Conservación de los víveres mediante refrigeración, congelación), **y no perecederos** (Conservación de abarrotes, frutas y vegetales que no requieren refrigeración, ya que pueden estar a temperatura ambiente).
- **Zona de guarda de utensilios.** Este es un espacio para el resguardo de los artículos inventariables y de consumo para reposición.
- **Zona de aseo.** Este es un espacio para la higienización y guarda de los materiales de limpieza, y colocación temporal de cajas que serán devueltas a proveedores.

Medidas de Seguridad

- **Aspectos de Seguridad**

Las lesiones que llegan a ocurrir durante la preparación de alimentos usualmente resultan al no seguir adecuadamente instrucciones, algún descuido, la falta de conocimientos, o una combinación de éstos y factores parecidos. Por

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 41 de 49





lo que es importante también aplicar ciertas medidas de seguridad en la preparación de alimentos.

- **Humanos**

Las lesiones o accidentes que llegan a ocurrir en los establecimientos donde se preparan los alimentos, generalmente tienen que ver con quemaduras, incendios, cortaduras y caídas.

Esto se puede prevenir si se pone atención en los posibles factores que puedan desencadenarlos, como por ejemplo: al cocinar, evitar tener cosas que estorben en el paso; si se cae agua o alimentos al piso, limpiarlos inmediatamente; al manejar cosas calientes, siempre procurar utilizar guantes protectores; los mangos de los sartenes habrá que colocarlos de forma tal, que no apunten hacia el paso o pasillo, y avisar al resto del personal cuáles herramientas están calientes.

A continuación se describen a detalle las acciones a tomar para la prevención de accidentes dentro de las áreas de preparación de alimentos:

- **Prevención de quemaduras**

- No permitir la entrada a los niños en el área de preparación.
- No dejar al alcance de los niños, cerillos ni encendedores.
- Orientar hacia el interior de las estufas o fogones, los mangos de las sartenes y ollas.
- Colocar siempre las sartenes en el quemador más alejado. No dejar sartenes o recipientes con aceite caliente en sitios accesibles.
- Al agarrar un recipiente caliente, para proteger las manos usar trapos o guantes de tela secos.
- Para evitar quemaduras por vapor, alejar la cara antes de destapar las ollas que contengan alimentos calientes. Se puede utilizar la tapa como escudo.
- No acercarse a las flamas objetos que puedan arder con facilidad (papel, plástico, tela, etc.).
- No llevar fuego de un sitio para otro.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 42 de 49





- Evitar salpicaduras de agua en los sartenes y ollas que contengan aceite, eliminando el exceso de ésta en los alimentos e impedir altas temperaturas en el aceite.
- Introducir los alimentos al aceite muy lentamente y con ayuda de pinzas o trinchas.
- Se recomienda no utilizar vestimenta con mangas largas y holgadas, que provoque contacto involuntario con flamas o que se enganche con un recipiente caliente.

• **Prevención de Cortes**

- Tener cuidado al manipular toda clase de objetos punzocortantes (cuchillos, destornilladores, tijeras, peladores). Éstos deben estar siempre fuera del alcance de los niños.
- No deben utilizarse para señalar o hacer movimientos bruscos que puedan lastimar a alguien.
- Almacenarlos con los filos y puntas, protegidos o hacia abajo.
- No transportarlos en los bolsillos.
- No utilizar los que tengan los mangos astillados y, cuya hoja y mango estén mal unidos.
- No realizar directamente la limpieza sobre el filo, debe apoyarse sobre una superficie plana. Limpiarse primero de un lado y después del otro.
- No sumergirlos en agua jabonosa, sino sujetarlos por el mango, al lavar la hoja.
- Al abrir una lata, sujetarla firmemente por los costados. Una vez abierta, hay que manejarla con precaución, ya que los bordes son tan filosos como un cuchillo.

• **Prevención de Resbalones y Caídas**

- Limpiar los derrames de inmediato (comida, grasa y agua).
- Para evitar derrames, es importante retirar los desperdicios de alimentos y no acumularlos.
- Para la limpieza y mantenimiento de los pisos, deben utilizarse los productos adecuados, a fin de evitar que el piso se haga resbaladizo.
- Mantener ordenado el refrigerador para evitar derrames o escurrimientos de alimentos.
- En el suelo, frente al fregadero, junto a la estufa o fogón, se recomienda utilizar un tapete antiderrapante.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 43 de 49





- Evitar correr en el área.
- Mantener en buen estado: escaleras, sillas y bancos. Apoyarlos correctamente en el piso o la pared al utilizarlos.
- Hay que evitar que los niños se acerquen a la zona de preparación de alimentos cuando está en proceso su elaboración, ya que existen mayores riesgos de accidentes tendiendo como afectados directos a los pequeños.
- **Materiales**

También es indispensable tomar las medidas de precaución necesarias cuando se utilicen instrumentos filosos como cuchillos, pelapapas, etc. además de estar concentrados en la tarea que se realiza. Es importante que al limpiar también los electrodomésticos, asegurarse que éstos se encuentran en modo de "apagado" y desconectados de la corriente eléctrica. Una vez terminadas las labores, cerciorarse siempre que no existan fugas de gas dentro de las instalaciones

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 44 de 49





6. Glosario

Término	Significado
Asesoría Nutricional	Es la información que se les proporciona a los padres de familia que asisten al CAI, para mejorar los hábitos alimenticios de toda la familia.
Raciones Alimenticias	Alimentos otorgados a los becarios en los diferentes tiempos, siendo por lo general 3 al día por niño, lo cual depende de su hora de entrada y salida del CAI (desayuno, comida y refrigerio).
Aceptación de Menús	Se refiere a las observaciones que se realizan durante los tiempos de alimentación de los becarios en CAI. Esto para medir el nivel de aceptación que tiene cada uno de los menús del manual establecido.
Control Nutricional	Es la medición de Peso y Talla periódica que se registra en el expediente clínico-nutricional y se realiza a cada uno de los becarios del CAI, para llevar un control de crecimiento con su peso y talla.
Menús	Plan de alimentación nutritivo que cubre las necesidades diarias de los niños y niñas del CAI.
Administración de Alimentos	Es la acción de ofrecer los alimentos preparados a los niños y niñas que asisten al CAI.
Pláticas Pre Alimentarias	Es la información que se les brinda a los niños y niñas preescolares de los CAI, sobre temas de nutrición y alimentación
Preparación de Menús	Se refiere al proceso de elaboración de los menús establecidos para los CADI, así como menús especiales que realiza el personal de cocina para ofrecerlos a los niños y niñas de CAI.
Seguimiento Nutricional	Proceso a través del cual se aplica una encuesta dietética y orientación nutricional a padres de familia, y se realizan observaciones periódicas a los becarios en los tiempos de alimentación durante su estancia en el CAI.

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 45 de 49



7. Anexos

- Registro de aceptación de menús.
- Programación mensual para el suministro de víveres para Cocina y Lactario (Cremería, Carnes, Abarrotes, Fruta y Verdura y Desechables) de los CADI de DIF Jalisco.
- Vales de salida de almacén.
- Reporte mensual de inconformidad de productos alimenticios.
- Reporte de descompostura de mobiliario.
- Verificación de la calidad de los víveres.
- Sustitución de menú del día.
- Recetario para Manual de Menús Lactantes C.
- Recetario para Manual de Menús Lactantes B (6-9 Meses).
- Recetario para Manual de Menús Maternales y Preescolares.
- Guía de supervisión y asesoría técnica.
- Expediente de Nutrición.
- Menús para Lactantes B (6-7M).
- Menús para Lactantes B (8-9M).
- Menús para Lactantes C.
- Menús para Maternales y Preescolares.

Nota: Los formatos enlistados pueden ser consultados en la siguiente liga:
https://infodif.jalisco.gob.mx/difjalisco/manualesdif/Default.asp?dir=/difjalisco/manualesdif/Documentaci%F3n%20Institucional/04%20Subdirecci%F3n%20General%20de%20Operaci%F3n/05%20Atenci%F3n%20a%20la%20Primera%20Infancia/08%20Gesti%F3n%20en%20Centros%20de%20Atenci%F3n%20Infantil&file=&dir_ant=/difjalisco/manualesdif/Documentaci%F3n%20Institucional/04%20Subdirecci%F3n%20General%20de%20Operaci%F3n/05%20Atenci%F3n%20a%20la%20Primera%20Infancia

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 46 de 49





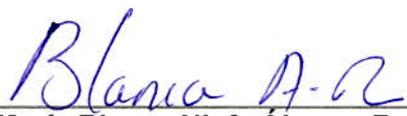
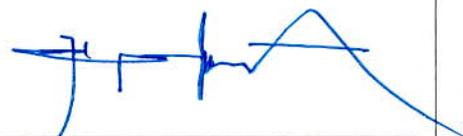
8. Bibliografía

1. Instructivo de Operación para el Servicio de Alimentación del Sistema de Guarderías/ Clave 3220-005-004/ IMSS 03 de Febrero de 2006.
2. Nutriología Médica, Esther Casanueva, Martha Kaufer-Horwitz, Ana Berta Pérez-Lizaur, Pedro Arroyo Editores. México 2001, Editorial Médica Panamericana, S.A. de C.V.
3. Manual Práctico de Nutrición en Pediatría, Et'al Madrid 2007.
4. Nutrición y Dietoterapia de Krause, Autores: L. Kathleen Mahan, Sylvia Escott-Stump, Editorial Mc Graw-Hill.
5. Guía de Menús para CAI y CAIC. Sistema DIF Nacional, México D.F., 2010.
6. Revistas varias sobre alimentación y gastronomía mexicana.
7. Administración de Alimentos a Colectividades y Servicios de Salud, Autora: Carolina Ibet Guerrero Ramo, Mc Graw-Hill Interamericana.
8. Página de la OMS. <http://www.who.int/nutrition>
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>
9. Reglamento Interno de los Centros Asistenciales de Desarrollo Infantil. Sistema DIF Nacional, Junio 2014.
10. Manual de Organización y funcionamiento del Centro Asistencial de Desarrollo Infantil (CADI).

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 47 de 49



Autorizaciones del Documento

Autorizó:	
 <hr/> Melanea Leonor Orozco Llamas Directora General	
 <hr/> María Blanca Ninfa Álvarez Ruiz Subdirectora General de Operación	 <hr/> Eduardo Anguiano Godínez Subdirector General de Administración y Planeación
Validó:	
 <hr/> Ma. Guadalupe Nuño Gómez Directora de Atención a la Primera Infancia	
Elaboró:	Revisó:
 <hr/> María Luisa Pérez Monteón Jefa de Gestión en Centros de Atención Infantil	 <hr/> Laura Olivia Delgado Ávila Jefa de Desarrollo Institucional

FECHA DE ELABORACIÓN:	FECHA DE ACTUALIZACIÓN:	VERSIÓN: 02
29 Marzo 2012	14 Noviembre 2017	PÁGINA: 48 de 49





DIF
JALISCO

BIENESTAR
PARA NUESTRAS FAMILIAS

Guía Técnica de Nutrición en Centros de Atención Infantil

Dirección de Atención a la Primera Infancia

Tel. 3030 3800 C.P. 44270

