

1 Cuestionario de Evaluación Reglas de Operación Desayunos Escolares Comités de Padres de Familia

Nombre: _____ Fecha _____

Escuela: _____ Clave _____

Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. ¿Cómo se conforma el desayuno caliente?	a) 250 ml. de leche descremada. Platillo fuerte que incluye verduras. Una porción de fruta fresca b) 250 ml. de leche entera. Platillo fuerte. Una porción de fruta fresca
2. ¿La cuota de recuperación del desayuno caliente es de?	a) \$0.50 centavos por desayuno, la cual podrá incrementarse sin exceder los \$8.00 pesos por ración. b) \$0.50 centavos por desayuno, la cual podrá incrementarse sin exceder los \$6.00 pesos por ración.
3. ¿La cuota de recuperación del desayuno frío es de?	a) \$0.50 centavos por desayuno la cual podrá incrementarse a un peso para la compra de bolsa, popote y vasos. b) \$0.50 centavos por desayuno sin posibilidad de aumentar el costo.
4. ¿La función del tesorero es?	a) Coordinar las funciones de los miembros del comité, recibir los alimentos y verificar que se entregue a los menores oportunamente. b) Recabar las cuotas de recuperación de los desayunos escolares, realizar el pago oportuno en SDIFM y notificar de pagos y adeudos a padres de familia.
5. ¿Una responsabilidad del comité de padres de familia de desayunos escolares es?	a) Verificar que cuando existe acumulación de alimento se distribuya equitativamente a los padres de familia para su consumo en casa. b) Verificar que se elaboren los desayunos escolares como se indica en el manual de menús para evitar el acumulación de alimento y la distribución del producto para su consumo en casa.

2 Cuestionario de Evaluación Reglas Básicas de Higiene Personal Desayuno Escolar

Nombre: _____ Fecha _____

Escuela: _____ Clave _____

Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. ¿Cómo deben presentarse los preparadores de alimentos?	<ul style="list-style-type: none"> a) Aseado, cabello recogido y con cubre pelo. b) Cubre pelo, cabello recogido y con cualquier ropa.
2. En el caso de ser varones, ¿cuáles son las recomendaciones?	<ul style="list-style-type: none"> a) Barba y bigote deben estar recortados y limpios. b) Las patillas deben estar limpias y no más largas que la parte inferior de la oreja.
3. En relación a la ropa y calzado es necesario:	<ul style="list-style-type: none"> a) Asistir con ropa y calzado limpios al inicio de la jornada. b) Utilizar los mandiles y cofias del día anterior.
4. Las condiciones de las manos del preparador son:	<ul style="list-style-type: none"> a) Uñas recortadas, limpias y sin esmalte. b) Uñas largas, con esmalte y joyería.
5. ¿Cómo debe de ser el estado de salud del preparador de alimentos?	<ul style="list-style-type: none"> a) Los únicos que pueden manipular los alimentos son aquellos que no presentan problemas de salud. b) Los únicos que pueden manipular los alimentos son aquellos que presentan problemas de salud y están medicados.
6. ¿Qué tipos de accesorios si están permitidos y no obstaculizan el higiene en la preparación de alimentos?	<ul style="list-style-type: none"> a) Aretes, pulseras, anillos y lapiceros. b) No deben utilizar ningún accesorio.

3 Cuestionario de Evaluación Técnica del Lavado de Manos.

Nombre: _____ Fecha _____

Escuela: _____ Clave _____

Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. ¿Cuál es primer paso para el correcto lavado de manos?	a) Enjuagarse las manos con agua limpia, jabón y detergente. b) Enjuagarse las manos con agua limpia y estropajo.
2. El segundo paso del lavado de manos es:	a) Frotarse vigorosamente las manos b) Frotarse vigorosamente las superficies de las manos y cada uno de los dedos.
3. El tercer paso del lavado de manos es:	a) Frotarse las uñas con estropajo y jabón. b) Frotar las uñas en un solo sentido con cepillo de uñas.
4. Recomendaciones del lavado de manos cuando se utilizan mangas cortas.	a) El tallado será desde la altura de los codos hasta la punta de los dedos. b) El tallado será desde la altura del hombro hasta los dedos.
5. El quinto paso del lavado manos es:	a) Enjuagar con agua limpia cuidando que no queden restos de jabón. b) Enjuagar con agua limpia verificando que las uñas queden muy limpias.
6. El sexto paso refiere que el secado de manos deberá ser:	a) Con toallas desechables o al aire libre. b) Secado de manos con cualquier tipo de manta.
7. ¿Cuáles son a las acciones que debe evitar el preparador de alimentos?	a) Rascarse el cuerpo, cabeza, nariz, ojos o presentarse con heridas. b) Presentarse limpio con cubre bocas, cofia y mandil.

4 Cuestionario de Evaluación Higiene del Área de Trabajo Equipo Utensilios y Superficies.

Nombre: _____ Fecha _____
Escuela: _____ Clave _____
Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. Al mantener limpia el área de trabajo se reduce el riesgo de :	a) Contaminar los alimentos. b) Que los alimentos pierdan su valor nutricional.
2. ¿Qué tipo de animales se deben restringir en el área de preparación de alimentos?	a) Todo tipo de animales domésticos. b) Todo tipo de animales.
3. ¿Cuáles son las medidas más recomendables para evitar las plagas?	a) Realizar limpieza y desinfección solo si se considera necesario. b) Realizar limpieza y desinfección diaria al iniciar y concluir la jornada.
4. ¿Cada cuándo se debe realizar una limpieza profunda en donde se mueva todo el mobiliario posible?	a) Cada semana. b) Cada quince días.
5. ¿Cada cuándo se debe vaciar y limpiar los depósitos de basura?	a) Se deberá vaciar el depósito periódicamente. b) Todos los días al final de la jornada.
6. ¿Por qué es importante implementar un programa de limpieza?	a) Para evitar la proliferación de plagas y contaminación en contenedores. b) Por qué se pueden planear la frecuencia, los implementos que se van a utilizar y los pasos que se van a seguir para la limpieza.

5 Cuestionario de Evaluación Grupos de Alimentos.

Nombre: _____ Fecha _____
 Escuela: _____ Clave _____
 Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. ¿Cuáles son los tres grupos de alimentos?	a) Frutas y verduras, Cereales, Leguminosas y Alimentos de Origen Animal. b) Frutas y verduras, Cereales y Tubérculos, Lácteos y Leguminosas.
2. ¿Cuál es el principal aporte nutricional de las frutas y verduras?	a) Fibra y proteínas. b) Vitaminas y fibra.
3. ¿Cuál es el principal aporte nutricional de los cereales y tubérculos?	a) Fuente de energía y proteínas. b) Energía.
4. ¿Cuál es aporte nutricional de las leguminosas y los alimentos de origen animal.	a) Aporta minerales y proteínas requerido para el crecimiento de nuestro cuerpo. b) Aporta minerales y grandes cantidades de carbohidratos requeridos para el crecimiento de nuestro cuerpo.
5. El exceso de grasa, sal y azúcares tiene los siguientes efectos:	a) Favorece nuestra salud, b) No son favorables para nuestra salud.

6 Cuestionario de Evaluación Menú cíclico y alimentación correcta.

Nombre: _____ Fecha _____

Escuela: _____ Clave _____

Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. ¿En qué consiste el menú cíclico?	a) Consiste en la repetición de menús y el consumo de alimentos recalentados. b) Consiste en una serie de menús planificados para un lapso de tiempo específico.
2. ¿El menú cíclico contiene productos de los tres grupos de alimentos?	a) Cierto b) Falso
3. ¿Cuáles son las ventajas de los menús cíclicos?	a) Ahorra tiempo y simplifica las compras. b) Ahorro de gastos y energía.
4. ¿Por qué es importante el bajo consumo de grasa?	a) Por qué reduce el riesgo de presentar sobrepeso y obesidad. b) Por qué favorece la circulación y mejora el estado de ánimo.

7 Cuestionario de Evaluación Conservación de la Materia Prima.

Nombre: _____ Fecha _____
Escuela: _____ Clave _____
Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. Un ejemplo de alimento perecedero es:	a) Frutas y verduras. b) Frijol y maíz.
2. Un Ejemplo de alimento no perecedero es:	a) Carne y huevo b) Garbanzo y frijol.
3. Toda materia prima cuyo envase original sea cartón, costal o caja deberá:	a) Cambiarse a otro contenedor con tapa. b) Colocarse en una bolsa de plástico bien sellada.
4. ¿En qué parte del refrigerador deberán colocarse los alimentos crudos?	a) En la parte baja. b) En la parte media.
5. ¿En qué parte del refrigerador deben colocarse los alimentos ya preparados o que no necesitan cocción?	a) En la parte superior. b) En la parte media.
6. Los alimentos del refrigerador que deberán consumirse primero son:	a) Los más antiguos. b) Los recién adquiridos.
7. Es recomendable para la conservación de la materia prima:	a) No introducir alimentos calientes al refrigerador por que alteran su temperatura. b) Introducir alimentos bajo cualquier temperatura.
8. ¿Qué puede impedir la circulación del aire en el refrigerador y además puede poner en riesgo la conservación del resto de los alimentos?	a) La saturación de alimentos en el refrigerador. b) Introducir alimentos destapados.
9. ¿Cuáles son las características para un adecuado almacenamiento de alimentos?	a) Que estos deben depositarse en un espacio con buena circulación de aire, que evite el calor, el polvo y la luz solar. b) Pueden refrigerarse o mantenerse en espacios húmedos e iluminados.

8 Cuestionario de Evaluación

Medidas básicas de seguridad en el área de preparación de alimentos

Nombre: _____ Fecha _____

Escuela: _____ Clave _____

Municipio: _____

Indicaciones:

Lea cuidadosamente cada pregunta y subraye la respuesta correcta.

Preguntas	Respuestas
1. Por la seguridad de los menores y las cocineras ¿Cómo se debe colocar el sartén en la estufa?	<ul style="list-style-type: none"> a) Colocar la sartén con el mango orientado hacia el exterior de la estufa. b) Colocar la sartén con el mango orientado hacia el interior de la estufa.
2. Para evitar quemaduras por vapor el personal de cocina deberá:	<ul style="list-style-type: none"> a) Utilizar la tapa de la olla como escudo para evitar el vapor. b) Utilizar lentes de calor cuando la olla se encuentra en su máximo hervor.
3. Para prevenir cortaduras los preparadores de alimento deberán:	<ul style="list-style-type: none"> a) Almacenar los cuchillos con los filos y puntas hacia abajo. b) Resguardar los cuchillos en una superficie estable y taparlos con otros utensilios que impidan verlos para evitar cortaduras.
4. La forma más segura para abrir un producto enlatado es:	<ul style="list-style-type: none"> a) Colocar cuidadosamente el cuchillo sobre la superficie de la lata; luego con fuerza controlada empuja el cuchillo contra la lata y deslice hacia adentro lentamente. b) Sujetar la lata firmemente por los costados, una vez abierta, manejarla con precaución, ya que los bordes son tan filosos como un cuchillo.
5. Para prevenir resbalones y caídas en el área de cocina es importante:	<ul style="list-style-type: none"> a) Retirar los desperdicios de alimentos y no acumularlos para evitar derrames. b) No utilizar tapete antiderrapante cerca del fregadero ni la estufa ya que puede ocasionar un tropezón.



Au. Alcalde 1220,
Colonia Miraflores, Tel: 3030 3800
C.P. 44270, Guadalajara, Jalisco, México.