

## PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA ESTRATEGIA DE OREINTACIÓN ALIMENTARIA EVALUACION TEMA 12 DICIEMBRE 2019

PORCIONES DE ALIMENTOS		
1 ¿Qué es una porción de	a) Es la cantidad de un alimento que	
alimentos?	integra cada platillo	
	b) Una fruta y un cacahuate	
	c) Unas vitaminas	
	d) Un poco de alimento	
2 ¿Qué tienen en común las	a) El color	
porciones de alimentos?	b) El tamaño	
	c) El aporte nutrimental	
	d) El sabor	
3 ¿Qué alimentos son porciones	a)Fresa y jícama	
equivalentes del mismo grupo?	b) Tortilla de maíz y 1 rebanada pan	
	integral	
	c) Toronja y leche	
4 ¿La palma de la mano que	a)El aceite	
alimento nos permite medir?	b) La carne	
	c) La panela	
	d) El agua	
5 ¿Cuántas veces por semana es lo	a) 1 a 2 veces	
recomendable consumir carne roja?	b) 2 a 3 veces	
	c) 4 veces	
	d) Nunca	

<u> </u>		<u> </u>
APLICO RESPONSBLE DEL PROGRAMA	VALIDO DIRECTOR (A)	FIRMA DEL BENEFICIARIO
<b>F3</b>	SELLO DIF MUNICIPAL	

