



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

DIRECTIVA N° 13 -2024 COMGEN-PNP/COMOPPOL-PNP/DIRSAPOL

(RCG N° 247-2024-CG PNP/EMG DE 29 JUN 2024)

"NORMAS Y LINEAMIENTOS PARA GARANTIZAR LA CALIDAD NUTRICIONAL, SANITARIA E INOCUIDAD DE LA RACIÓN ORGÁNICA ÚNICA DIARIA"

I. OBJETO.

La presente directiva tiene por objeto establecer normas y lineamientos técnicos para garantizar la calidad nutricional, sanitaria e inocuidad de la Ración Orgánica Única Diaria (ROUD) que se brinda en las diferentes Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú.

II. FINALIDAD.

Uniformizar criterios para contribuir a la protección de la salud del personal policial, Cadetes y Alumnos que prestan servicios en las Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú asegurando la calidad nutricional, sanitaria e inocuidad de la Ración Orgánica Única Diaria (ROUD).

III. ALCANCE.

La presente directiva es de obligatorio cumplimiento para todas las Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú que prestan servicio de carácter administrativo y operativo incluyendo Cadetes y Alumnos de las diferentes escuelas de formación profesional.

IV. RESPONSABILIDADES.

4.1 Los Directores y Jefes de las Diferentes Unidades Policiales, Jefes de la Unidades Ejecutoras, Administradores o los que hagan sus veces, de las Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú, son responsables del cumplimiento de la presente directiva en el ámbito de su competencia.

4.2 La Inspectoría General de la Policía Nacional del Perú y el Órgano de Control Institucional, son los órganos encargados de fiscalizar y observar, vigilar y denunciar de acuerdo con sus competencias el incumplimiento o trasgresión de la presente directiva, estableciendo la responsabilidad administrativa sin perjuicio de la responsabilidad civil y/o penal.



BASE LEGAL.

81

- 5.1. Constitución Política del Perú.
- 5.2. Ley N.º 26842, Ley General de Salud y modificatorias.
- 5.3. Ley N.º 27444, Ley del Procedimiento Administrativo General y modificatorias.
- 5.4. Ley N.º 27658, Ley Marco de Modernización de la Gestión del Estado y modificatorias.
- 5.5. Ley N.º 29622, Ley que modifica la Ley N.º 27785, Ley Orgánica del Sistema Nacional de Control y de la Contraloría General de la República, y amplía las facultades en el proceso para sancionar en materia de responsabilidad administrativa funcional.
- 5.6. Ley N.º 29783, Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y modificatorias.
- 5.7. Ley N.º 30225, Ley de Contrataciones del Estado y modificatorias.
- 5.8. Ley N.º 30714, Ley del Régimen Disciplinario de la Policía Nacional del Perú.
- 5.9. Ley N.º 30884, Ley que regula el plástico de un solo uso y los recipientes o envases descartables.
- 5.10. Decreto Legislativo N.º 1062, Ley de Inocuidad de los Alimentos.
- 5.11. Decreto Legislativo N.º 1267, Ley de la Policía Nacional del Perú y modificatoria.
- 5.12. Decreto Supremo N.º 030-2002-PCM, de 02MAY2002, que aprueba el Reglamento de la Ley Marco de Modernización de la Gestión del Estado.
- 5.13. Decreto Supremo N.º 007-2012-PRODUCE, de 25OCT2012, que crea el Programa Nacional "A comer pescado".
- 5.14. Resolución Suprema N.º 0019-81-SA/DVM, de 01ENE1981, que aprueba las Normas para el establecimiento y funcionamiento de servicios de alimentación colectiva.
- 5.15. Resolución Ministerial N.º 822-2018/MINSA, de 07SET2018, que aprueba la NTS N.º 142-MINSA/2018/DIGESA, Norma Sanitaria para Restaurantes y Servicios Afines.
- 5.16. Resolución Ministerial N.º 157-2021-MINSA, de 03FEB2021, que aprueba la NTS N.º 173-MINSA/2021/DIGESA, Norma Sanitaria para Servicios de Alimentación Colectiva.
- 5.17. Resolución de Comandancia General de la Policía Nacional del Perú N.º 417-2021-CG PNP/EMG, de 23DIC2021, que aprueba la Directiva N.º 19 – 2021 - COMGEN-PNP/SECEJE-DIRPLAINS-DIVMDI que establece "Lineamientos aplicables para la formulación, aprobación o Modificación de dispositivos legales, documentos normativos u orientadores de la Policía Nacional del Perú".
- 5.18. Resolución Directoral N.º 799-DIRGEN/EMG, de 26AGO2008, que aprueba la DIRECTIVA DGPNP N.º 20 – 21 – 2008-DGPNP-EM-B, que establece normas y procedimientos para determinar las condiciones de Valor Nutricional de la Ración Alimenticia, salubridad en el proceso de su preparación y distribución, presentación y aseo del personal encargado de la distribución, así como manejo de los residuos alimenticios en los Comedores de las distintas unidades administrativas y operativas de la PNP.
- 5.19. Resolución Directoral N.º 012-2016-DIRGEN/EMG-PNP, de 19ENE2016, que aprueba el Reglamento de Horarios y Turnos de



Trabajo en el Régimen de Servicio a dedicación exclusiva de la Policía Nacional del Perú.

- 5.20. Resolución Directoral N.º 226-2016-DIRGEN/EMG-PNP, de 02ABR2016, que aprueba la Directiva N.º 01-06-2016-DIRGEN-PNP/EMG-B, que establece las Normas y Procedimientos para el cumplimiento de la Orden de Alerta Relativa y de Orden de Alerta Absoluta.
- 5.21. Resolución Directoral N.º 003-2019-INACAL/DN, de 20MAR2019, que aprueba las Normas Técnicas Peruanas sobre turismo, gestión de residuos, gas natural seco y otros. En su artículo 1º aprueba las Normas Técnicas Peruanas conforme al procedimiento establecido en la Ley N.º 30224: dentro de las cuales se encuentra la NTP 900.058-2019. GESTIÓN DE RESIDUOS. Código de Colores para el Almacenamiento de Residuos Sólidos. 2ª Edición, que reemplaza a la NTP 900.058:2005.

VI. DISPOSICIONES GENERALES.

6.1 Para fines de aplicación de la presente directiva se toma en cuenta las siguientes consideraciones:

6.1.1 El Director, Subdirector y/o Jefe de las Instituciones Prestadoras de Servicio de Salud (IPRESS) de la Sanidad Policial, son los responsables de proporcionar un Profesional Nutricionista calificado para brindar apoyo técnico nutricional referente a la calidad, saneamiento e inocuidad alimentaria; así como integrar el equipo para la elaboración de las especificaciones técnicas para la adquisición de insumos alimentarios y/o términos de referencia de la contratación de servicios de concesión de la ROUD.

6.1.2 Los Directores y Jefes de las Diferentes Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú, son los responsables de gestionar ante sus Unidades Ejecutoras la contratación de un profesional nutricionista calificado, colegiado y habilitado para el proceso de asesoría técnica para el cumplimiento de la presente directiva; así como integrar el equipo para la elaboración de los términos de referencia de la contratación de servicios de concesión de la ROUD en caso que la Dirección de Sanidad Policial no cuente con dicho profesional para satisfacer la necesidad.

6.1.3 Los Requerimientos de energía y nutrientes para el personal policial, cadetes y alumnos de las diferentes Unidades de Organización de la Policía Nacional teniendo en cuenta la edad, sexo, peso y talla promedio saludable y nivel de actividad física.

6.1.4 El aporte de nutrientes que debe proporcionar los alimentos de la ROUD para cubrir los requerimientos de energía y nutrientes del personal policial, cadetes y alumnos de las diferentes Unidades de Organización de la Policía Nacional.



6.1.5 La calidad durante toda la cadena alimentaria que va desde la adquisición de insumos alimentarios hasta el consumo final de las preparaciones alimentarias.

6.1.6 Los Principios Generales de Higiene y Saneamiento que debe cumplir los servicios de alimentación colectiva que brindan el servicio de la ROUD a las diferentes Unidades de Organización de la Policía Nacional a fin de asegurar calidad sanitaria e inocuidad de la ROUD.

VII. DISPOSICIONES ESPECÍFICAS.

7.1 DEL REQUERIMIENTO DE ENERGÍA Y MACRONUTRIENTES.

Para realizar la programación de menús balanceados y suficientes nutricionalmente, es imprescindible conocer el requerimiento energético y de macronutrientes del personal policial en base al nivel de actividad física, sexo, peso y talla promedio, el cual, se detalla a continuación:

Población : Personal policial, cadetes y alumnos.
 Sexo : Masculino y femenino.
 Peso promedio : 72 kg. y 64 kg. (respectivamente).
 Talla promedio : 1.70 m y 1.60 m. (respectivamente).
 Actividad física : Ligera, moderada e intensa.

Tabla N.º 01 Requerimiento energético y distribución de macronutrientes de varones según intensidad de actividad física.

LIGERA			
Energía	2200 kcal		
Macronutrientes	Porcentaje	Aporte en Energía	Gramos de macronutrientes
Proteínas	17%	374 kcal	94 g
Carbohidratos	58%	1276 kcal	319 g
Grasa	25%	550 kcal	61 g
MODERADA			
Energía	2400 kcal		
Macronutrientes	Porcentaje	Aporte en Energía	Gramos de macronutrientes
Proteínas	17%	404 kcal	102 g
Carbohidratos	58%	1392 kcal	348 g
Grasa	25%	600 kcal	67 g
INTENSA			
Energía	2600 kcal		
Macronutrientes	Porcentaje	Aporte en Energía	Gramos de macronutrientes
Proteínas	17%	442 kcal	111 g
Carbohidratos	58%	1508 kcal	377 g
Grasa	25%	650 kcal	72 g



Tabla N° 02 Requerimiento energético y distribución de macronutrientes de mujeres según intensidad de actividad física.

LIGERA			
Energía	1800 kcal		
Macronutrientes	Porcentaje	Aporte en Energía	Gramos de macronutrientes
Proteínas	17%	306	77 g
Carbohidratos	58%	1044	261 g
Grasa	25%	450	50 g
MODERADA			
Energía	1900 kcal		
Macronutrientes	Porcentaje	Aporte en Energía	Gramos de macronutrientes
Proteínas	17%	323	81 g
Carbohidratos	58%	1102	276 g
Grasa	25%	475	53 g
INTENSA			
Energía	2200 kcal		
Macronutrientes	Porcentaje	Aporte en Energía	Gramos de macronutrientes
Proteínas	17%	374	94 g
Carbohidratos	58%	1276	319 g
Grasa	25%	550	61 g

7.2 DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DE ENERGÍA Y MACRONUTRIENTES POR TIEMPO DE COMIDA.

En base a las tablas expuestas en el ítem 7.1, se debe considerar la siguiente distribución porcentual por cada tiempo de comida, como se detalla a continuación.

Tabla N° 03 Distribución Porcentual por tiempo de comida.

Tiempo de comida	Porcentaje
Desayuno	25%
Almuerzo	55%
Cena	20%

7.3 ESQUEMA DE MENÚ.

Se plantea el siguiente esquema de menú, para cada tiempo de comida el cual está acorde a la distribución de energía y macronutrientes calculados, por ende, la omisión o remplazo de alguno de sus componentes afecta la calidad nutricional del menú ofrecido. Cualquier modificación está sujeta a la aprobación y validación de un profesional nutricionista colegiado y habilitado. Así mismo para la elaboración de los menús utilizar los alimentos con el gramaje señalado en la tabla de dosificación adjunta en el Anexo II.



Tabla N° 04: Esquema de menú para población femenina.

ESQUEMA DE MENÚ PARA POBLACIÓN FEMENINA SEGÚN REQUERIMIENTO CALÓRICO				
REQUERIMIENTO CALÓRICO		1800	1900	2200
NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA		LIGERA	MODERADA	INTENSA
DESAYUNO				
Preparación	GRUPO DE ALIMENTO	RACIÓN	RACIÓN	RACIÓN
Bebida	Cereal	1	1	1
	Lácteo descremado	1	1	1
Sándwich	Pan	1	1	2
	Complemento Proteico	1	1	1
	Complemento Calórico	0	0	1
Fruta		1	1	1
*Adicional bebidas Te, café, infusiones, no reemplaza a las bebidas arriba señaladas.				
REFRIGERIO				
Adicional	Postre proteico	0	0	0
ALMUERZO				
Entrada	Sopa o Ensalada	1	1	1
Plato de fondo	Cárnico	1	1	1
	Guarnición 1**	1	1	1
	Guarnición 2 ***	0	1/2	1/2
Postre	Fruta o postre	1	1	1
Refresco	Únicamente de fruta	1	1	1
** Arroz o pasta *** Cereal, Tubérculo o Menestra				
CENA				
Entrada	Ensalada	1	1	1
Plato de fondo	Cárnico	1	1	1/2
	Guarnición 1**	0	0	0
	Guarnición 2 ***	1/2	1/2	1
Postre	Fruta o postre	1	1	1
Infusión o Bebida		1	1	1
** Arroz o pasta *** Cereal, Tubérculo o Menestra Se puede reemplazar la Guarnición 2 por 1/2 ración de Guarnición 1				



Tabla N° 05: Esquema de menú para población masculina.

ESQUEMA DE MENÚ PARA POBLACIÓN MASCULINA SEGÚN REQUERIMIENTO CALÓRICO				
REQUERIMIENTO CALÓRICO		2200	2400	2600
NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA		LIGERA	MODERADA	INTENSA
DESAYUNO				
Preparación	GRUPO DE ALIMENTO	RACIÓN	RACIÓN	RACIÓN
Bebida	Cereal	1	1	1
	Lácteo descremado	1	1	1
Sándwich	Pan	2	2	2
	Complemento Proteico	1	2	2
	Complemento Calórico	1	0	1
Fruta		1	1	1
*Adicional bebidas Te, café, infusiones, no reemplaza a las bebidas arriba señaladas.				
REFRIGERIO				
Adicional	Postre proteico	0	0	1
ALMUERZO				
Entrada	Entrada Fría, sopa o ensalada	1	1	1
Plato de fondo	Cárnico	1	1	1
	Guarnición 1**	1	1	1
	Guarnición 2 ***	1/2	1/2	1/2
Postre	Fruta o postre	1	1	1
Refresco	Únicamente de fruta	1	1	1
** Arroz o pasta *** Cereal, Tubérculo o Menestra				
CENA				
Entrada	Ensalada	1	1	1
Plato de fondo	Cárnico	1/2	1/2	1/2
	Guarnición 1**	0	0	1/2
	Guarnición 2 ***	1	1	1/2
Postre	Fruta o postre	1	1	1
Infusión o Bebida		1	1	1
** Arroz o pasta *** Cereal, Tubérculo o Menestra Se puede reemplazar la Guarnición 2 por 1/2 ración de Guarnición 1				



Tabla N° 06: Frecuencia de consumo de alimentos.

GRUPO DE ALIMENTOS	FRECUENCIA DE CONSUMO	RECOMENDACIONES
FRUTAS	Diario	3 porciones (desayuno, almuerzo y cena)
VERDURAS	Diario	2 porciones frescas o cocidas (almuerzo y cena)
CARNES ROJAS	1 – 2 veces por semana	2 porciones (desayuno, almuerzo y/o cena)
VÍSCERAS O SANGRECITA	1 vez por semana	1 porción (desayuno, almuerzo y/o cena)
PESCADO	2 veces por semana	2 porciones (almuerzo y cena)
AVES (pollo, pavo, pavita, gallina)	3 - 4 veces por semana	2 – 3 porciones (desayuno, almuerzo y/o cena)
HUEVO	Diario	1 unidad
LÁCTEOS BAJOS EN GRASA (leche, queso y yogur)	Diario	>1 porción
MENESTRAS	2 – 3 veces por semana	1 porción
CEREALES O TUBÉRCULOS	Diario	1 taza (desayuno) ¼ plato (almuerzo y cena)

Descripción de los alimentos incluidos en el esquema de menú.

Desayuno.

Bebida.

- **Cereal:** Avena, quinua, cañihua, kiwicha.
- **Lácteo descremado:** Leche evaporada descremada y yogurt descremado, queso fresco descremado.

Sándwiches.



- **Pan:** integral, francés, ciabattta, pan chapla y otros.
- **Complemento proteico:** carne, lomito, atún, pollo, pescado, huevo, tortillas de verduras, omelette, queso fresco descremado, queso Edam, sangrecita.
- **Complemento Calórico:** manjar, aceituna, palta, jamón del país, jamón de pavita.

Fruta.

- Todas las frutas, enteras con cascara, picadas o peladas.

Refrigerio.

- **Adicional proteico:** flan, gelatina con leche, mazamorra con leche, choclo con queso fresco descremado (50gr.), papa sancochada con huevo (02 unidades), papa con crema huancaína, ensalada de frutas con yogurt, omellette de verduras (con 02 unidades de huevo).

Almuerzo.

Plato de fondo.

- **Sopa, entrada o ensalada:** Todas las sopas de verduras, ensalada (mínimo 3 verduras por cada ensalada), entradas como papa a la huancaína, ocopa, palta rellena, huevos a la rusa, choclo sancochado con queso fresco descremado, entre otros.
- **Cárnico:** res, pollo, pescado, mariscos, cerdo, chuleta de pavita, asado, trucha, mondongo, hígado, corazón de res, pulmón. (según frecuencia de carnes).
- **Guarnición 1:** solo arroz y pastas.
- **Guarnición 2:** quinua, trigo, ollucos, yuca, camote, papa, oca, pituca, menestras (frejol, garbanzo, lentejas, pallares, arveja seca).

Postre.

- **Fruta o postre:** todas las frutas enteras y/o con cascara, peladas y picadas al menos SEIS (06) veces a la semana y postres dulces tipo: pie, compota, mazamorras máximo UNA (01) vez por semana en el almuerzo.
- **Refresco:** de frutas carambola, cocona, maracuyá, membrillo, manzana, naranjada, limonada, piña, aguaje, tumbo, sandia, toronja, granadilla, mango, durazno, camu camu, juanita, incluye Maíz morado, cebada.

ena.

Entrada.

- Solo ensaladas fresca o cocida (mínimo tres (03) verduras por cada ensalada)



Plato de fondo.

- **Cárnico:** res, pollo, pescado, cerdo, chuleta de pavita, asado, trucha, según corresponda frecuencia.
- **Guarnición 1:** solo arroz y pastas, según corresponda frecuencia.
- **Guarnición 2:** quinua, trigo, ollucos, yuca, camote, papa, oca, pituca, menestras (frejol, garbanzo, lentejas, pallares, arveja seca). Una (01) ración o media ½ ración, según corresponda.
- **Fruta o postre:** todas las frutas enteras y/o con cascara, peladas y picadas cinco (05) veces a la semana y postres como pie, alfajores, mazamorra, flan, compotas entre otros dos (02) veces por semana en la cena.
- **Infusión o bebida caliente:** (manzanilla).

7.4 REQUISITOS DE CALIDAD Y SANIDAD QUE DEBEN SATISFACER LOS ALIMENTOS DE MAYOR CONSUMO.

7.4.1 Carnes.

Deben ser procedentes de camales oficiales, con los sellos de inspección y clasificación que corresponda y se debe rechazar la carne de procedencia clandestina.

Evite la compra de carne fraccionada en trozos pequeños, por el hecho de que limita una adecuada identificación e inspección.

La carne fresca debe mostrar las siguientes características:

- Consistencia al tacto: firme y elástico, al ejercer presión con el dedo, no debe dejar huella; color rojo intenso más encendido que la carne fresca.
- No se admite las carnes congeladas con signos de alteración tales como: enranciamiento de las grasas, zonas verdosas, colores anormales y consistencia blanca (al descongelarse).
- La carne de ave congelada tiene sonoridad a la percusión, presenta un color rosa pálido; no debe presentar hematomas ni zonas verdes o mal olor y cuando son descongelados deben presentar características similares a la carne de ave fresca.

7.4.2 Vísceras.

Entre las vísceras se consideran las más utilizadas: hígado, mondongo, corazón, pulmón los que deben presentar las siguientes características:

- El hígado debe presentar una superficie lisa, brillante de color pardo claro, consistencia algo blanda y elástica, aspecto uniforme. No debe observarse quistes de ningún tamaño, ni engrosamiento de los canales biliares; en caso de hallarlos rechace y de cuenta a la autoridad de salud más cercana.



- El mondongo debe ser congelado debe presentarse sin manchas ni mal olor.
- El pulmón debe mostrar un color rosado oscuro uniforme, consistencia blanda esponjosa y elástica, firme al tacto, ausencia de quistes, abscesos y otras anormalidades.
- El corazón debe mostrar superficie brillante, consistencia firme, ausencia de parásitos, abscesos u otras anormalidades.

7.4.3 Pescado.

El pescado fresco debe mostrar las siguientes características:

- Carne dura a la presión de los dedos.
- Agallas de color rojo vivo.
- Ojos brillantes y saltones.
- Escamas bien adheridas.
- Olor fresco (olor marino).

El pescado congelado debe presentar textura sólida; al descongelarse y mostrar las características similares al pescado fresco, aunque con cierto grado de modificación en cuanto a la consistencia; no debe presentar zonas de coloración verdosa; debe adquirirse preferentemente eviscerado y fileteado.

El pescado seco salado debe estar libre de hongos y parásitos.

7.4.4 Mariscos.

- Los moluscos bivalvos (choros, almejas, conchas):
 - Ser pesados.
 - Tener las valvas cerradas.
 - Sonido macizo cuando se entrechocan.
- Los moluscos univalvos (caracoles, lapas, chanques):
 - Deben estar vivos.
 - Bien adheridos a su valva.
 - Olor fresco y marino.
- Moluscos cefalópodos (pulpo, calamar):
 - Deben tener piel lisa.
 - Ojos transparentes.
 - Carne consistente y elástica.
- Crustáceos (camarones, langostinos, langostas):
 - Color verde azulado, ausencia de tonalidad rojiza
 - Olor fresco



7.4.5 Huevos.

Deben presentarse íntegros, cáscaras sin residuos de excrementos y/o tierra, plumas, sangre.

Deben mostrar los signos de frescura, tales como: cámara de aire pequeña; la clara debe ser viscosa, transparente, sin manchas, ni restos de sangre; la yema firme y bien adherida a la clara.

Rechazar los huevos quebrados, mal formado o sucio; así como la yema o clara que se vendan en forma separada y fuera de su cáscara.

7.4.6 Leche y derivados.

a. Leche pasteurizada.

- En las ciudades donde existen plantas pasteurizadoras, consumir leches procedentes de estos establecimientos.
- Los envases pueden ser Tetra Pak o botellas de vidrio que deben estar sellados con cápsulas de aluminio que permita un cierre hermético e inviolable.
- Las leches pasteurizadas no cambian fundamentalmente sus caracteres organolépticos:

Color: Blanco opaco ligeramente azulado. Rechazar la leche que presente colores anormales.

Sabor: sui géneris, ligeramente dulce, la pasteurización no produce alteración del sabor, excepto en el caso de utilizar el método de pasteurización alta en que pueda adquirir un ligero sabor cocido.

Olor: sui géneris; rechazar la leche que presente olor anormal.

b. Leche fresca.

- Es un alimento de muy fácil descomposición, que por lo general se maneja en condiciones deficientes desde su obtención, transporte, conservación y comercialización debiendo por tanto tener mucho cuidado en su recepción e inspección higiénica.
- Los recipientes en que se transportan deben reunir las siguientes condiciones:
 - Estar limpios, no transmitir olores ni sabores extraños, ser de material inalterable frente a los ácidos, álcalis y resistentes a la corrosión por la leche.
 - Los materiales aceptados de porongos y depósitos son: el hierro estañado, aluminio y acero inoxidable. No se debe aceptar el transporte en depósitos de hojalata gruesa, que tienen el inconveniente de estar soldados con plomo, metal que se disuelve lentamente y produce intoxicaciones.



- En general los depósitos deben ser construidos con bordes redondeados, que no dejen resquicios de difícil lavado y limpieza.
- Se debe rechazar la leche que viene en depósitos oxidados, agujereados y mal tapados.

c. Queso fresco.

De preferencia aceptar el producto pasteurizado, procedentes de plantas pasteurizadoras.

En el caso de disponer solamente del queso de elaboración artesanal (quesillos, requesón) debe mostrarse limpio al corte, exento de materias extrañas, como paja o tierra; de color, olor y sabor normales. En lo posible y como medida de prevención, evitar la utilización del queso de cabra.

d. Mantequilla.

Debe presentar las siguientes características:

- Consistencia sólida y aspecto homogéneo.
- Color amarillo más o menos intenso, sabor y olor característico.
- Humedad no mayor del 16% de su peso, no debe exudar suero. Rechazar cualquier mantequilla con caracteres anormales.

7.4.7 Hortalizas: (verduras).

- Deben tener las siguientes características:
- Buen estado de madurez.
- No haber emitido inflorescencia (no florear) para el caso de las verduras de hoja.
- No estar atacados por insectos o moluscos.
- No mostrar barro, ni otras materias extrañas en la superficie.

7.4.8 Raíces, tubérculos y bulbos.

- Deben tener las siguientes características:
- Tamaño homogéneo.
- Adecuado estado de madurez.
- No emitir brotes.
- No contener parásitos internos o externos (no estar picados).

7.4.9 Fruta.

Deben tener las siguientes características:

a. Fruta fresca:

- Adecuado estado de madurez.
- No contener parásitos internos o externos.



- No estar dañada por golpes.
- Tamaño homogéneo según especie.

b. Fruta Seca:

- No debe contener insectos, hongos, ni cuerpos extraños a su naturaleza.

7.4.10 Granos y derivados.

- Los granos deben ser sanos y limpios, aceptándose un máximo de 3% de granos deteriorados picados por insectos y rotos.
- El arroz debe presentar las siguientes características:
 - Grano bien lustroso.
 - No estar mezclado con polvillo.
 - Carente de olor a humedad y de cuerpos extraños.
 - No tener más de 0.5% de granos manchados.
- Las harinas en general, no deben presentar trozos solidificados, deben ser pulverulentas en la totalidad de su masa y carecer de olor rancio.
- El pan debe tener las siguientes características:
 - Corteza de color caramelo claro y consistencia quebradiza.
 - Miga blanda y elástica, de tipo esponjosa (sin zonas almidonosas) y color de acuerdo al tipo de harina utilizada.
 - No contener trozos de sal o cuerpos extraños a su naturaleza.
 - Olor característico.
- Los fideos deben llegar debidamente empaquetados; en caso de presentarse roturas en las bolsas por el transporte, separarlas y utilizarlas inmediatamente, para evitar la contaminación por gorgojo.

7.4.11 Productos Enlatados.

- Todo producto alimenticio industrializado debe estar debidamente inscrito y aprobado por la autoridad sanitaria (Art. 61. Código Sanitario D.L. 17505).
- Todo alimento enlatado debe estar provista de una etiqueta, marbete o rótulo perfectamente adherido al envase, a fin de identificar al producto.
- Se desechan las conservas cuyos envases presentan abolladuras, perforaciones, oxidaciones, rezumaderos, abombamientos y resoldaduras.
- Al abrir el envase no debe evidenciarse escape de gases, ni olores desagradables.



- Al reconocimiento del contenido, debe responder al tipo de producto envasado, rechazar a todo aquel que presente características anormales.

7.4.12 Embutidos y carnes curadas.

- Los embutidos no deben tener la superficie húmeda y pegajosa, ni exudar líquidos. A la palpación no se debe apreciar zonas flácidas o de consistencia anormal, con indicios de fermentación o putrefacción.
- Debe tener olor y sabor propios, color uniforme, sin manchas parduscas o verdosas.
- Los embutidos se refrigeran en su envoltura original.

7.5 ALMACENAMIENTO Y CONSERVACIÓN.

7.5.1 Alimentos perecibles.

a. Carnes.

- Las carnes frescas deben almacenarse a temperaturas no mayores de 5°C y por períodos que no excedan las SETENTA Y DOS (72) HORAS.
- Las carnes congeladas se almacenan en congeladores (temperatura promedio: -16°C).
- Para su descongelación usar las cámaras refrigeradoras. Una vez descongelada la carne utilizarla inmediatamente, no posterior a las CUARENTA Y OCHO (48) HORAS.
- Las carnes frescas se almacenan sin cubiertas (la capa seca de la superficie, aumenta la factibilidad de conservación).
- La distancia mínima entre carcasas o trozos de carne debe ser de 0.30 cm.
- La carne molida y las vísceras se descomponen con mayor rapidez, por lo tanto, deben ser almacenadas en refrigeradora (5° C por períodos no mayores de CUARENTA Y OCHO (48) HORAS y VEINTICUATRO (24) HORAS para la carne molida.

b. Pescado.

- El pescado fresco se limpia y eviscera inmediatamente a su recepción y se consume preferentemente durante el día: en caso contrario se almacena en refrigeración a 5°C y por un período no mayor de VEINTICUATRO (24) HORAS.
- Se almacena en recipientes higiénicos que permitan el drenaje de líquidos.
- El pescado congelado, una vez descongelado no se debe volver a congelar.



c. Aves.

- Las aves frescas se almacenan a temperaturas por debajo de 5°C por períodos no mayores de las CUARENTA Y OCHO (48) HORAS, por separado las aves y las menudencias limpias, en recipientes que permitan el drenaje de líquidos.
- Las aves congeladas, a falta de congeladora, se debe refrigerar y utilizar dentro de las VEINTICUATRO (24) HORAS. No debe volver a congelamiento.

d. Huevos.

- Se conserva en refrigeración a temperaturas por debajo de 8°C a 10°C por períodos no mayores de TREINTA (30) DÍAS.
- En aquellas zonas donde las temperaturas no superan los 25°C, a falta de refrigeración, almacenar en ambientes frescos y aireados por un tiempo límite de dos semanas.
- No se almacenan los huevos junto a productos de olor penetrante.

e. Leche y derivados.

- Se almacenan en refrigeración a temperatura no mayor de 5°C, en recipientes con tapa y alejados de productos de olor penetrante.
- Las leches frescas no pasteurizadas, inmediatamente de su recepción deben ser hervidas durante 5 minutos.
- Si no son consumidas inmediatamente después del hervido, deben enfriarse y guardarse en refrigeración, en envases específicos, con tapa, por un período máximo de VEINTICUATRO (24) HORAS.
 - ❖ *Leche evaporada*: Cuando el envase está abierto, se almacena en refrigeración en su envase original por un período no mayor de VEINTICUATRO (24) HORAS.
 - ❖ *Leche en polvo reconstituida*: Es preferible consumirla inmediatamente, después de su reconstitución. Si fuera necesario refrigerar por un período no mayor de VEINTICUATRO (24) HORAS.
 - ❖ *Queso fresco*: Almacenar en refrigeración por períodos no mayores de 7 días.
 - ❖ *Mantequilla*: Cuando el envase está abierto almacenar en refrigeración por un tiempo que no exceda los 15 días.



f. Hortalizas y frutas.

- Almacenar en refrigeración a temperaturas de 8°C a 10°C.
- No depositar en el suelo; deben colocarse en anaqueles o envases como canastas, a cajones o sacos, de acuerdo a la naturaleza del producto.
- Los plátanos no se refrigeran.

7.5.2 Alimentos no perecibles.

a. Recomendaciones generales.

- Deben colocarse en tarimas (parihuelas a una altura mínima de 0.20m del suelo).
- Las cajas y sacos se colocan uno encima de otro en forma entrecruzada y con separaciones, para favorecer la circulación del aire.
- Los envases (cajas, bolsas y otros) deben estar íntegros y cerrados convenientemente para evitar el ingreso de insectos y/o roedores y el humedecimiento del contenido especialmente azúcar, harina, leche en polvo, etc.).
- Las parihuelas o tarimas deben colocarse a una distancia de 0.5 metros de la pared, formando filas y dejando 0.50 metros de distancia entre las filas y 0.15 cm. entre una ruma y otra.
- Los sacos o bolsas deben acomodarse en rumas, siendo recomendable que estas tengan como base cinco unidades.

b. Recomendaciones específicas:

- Los sacos que contienen granos se apilan hasta un máximo de tres (3) metros de altura por ruma, cuidando que se termine a una distancia de 0.60 cm. del techo.
- La leche en polvo, en bolsas selladas, se puede almacenar hasta seis (6) meses cuando es descremada.
- Cuando la bolsa ha sido abierta mantener en el envase original, convenientemente cerrada, y usar en un período no mayor de siete (7) días.
- Los alimentos enlatados deben almacenarse en lugar seco y fresco (el calor excesivo descompone el contenido), por un período no mayor de un año.
- Los fideos, que generalmente vienen en bolsas de papel, se colocan cuidadosamente sobre tarimas o estantes, revisando previamente la integridad de las bolsas. En caso que alguna se encuentre deteriorada por el transporte, debe ser separada para ser usada a la brevedad posible.



7.6 PREPARACIÓN, CONSERVACIÓN Y DISTRIBUCIÓN DE LOS ALIMENTOS.

Para la planificación de los menús se debe tener en cuenta: los requerimientos nutricionales mínimos del comensal según el tipo de actividad que éste desempeña, los hábitos alimentarios predominantes, la disponibilidad de alimentos locales, así como el aspecto financiero.

7.6.1 Principios para la preparación y conservación:

a. Carnes.

- Se cocinan el tiempo necesario para lograr su ablandamiento, dependiendo éste del tipo de corte; la temperatura interna de cocción no debe ser menor de 80°C.
- Se considera terminada la cocción cuando el corte presente coloración uniforme y no drene líquido sanguinolento; teniendo especial cuidado con la carne de cerdo.
- Las carnes cocidas se deben cortar en superficies limpias, utilizando cuchillos igualmente limpios.
- Las carnes cocidas que no se utilicen de inmediato, debe guardarse en refrigeración.
- Las preparaciones a base de carnes molida, se cocinan hasta que la carne haya perdido su color rojo.
- Las salsas a base de carne o extracto de carnes deben ser conservadas en refrigeración.
- Los mariscos precocidos o cocidos, deben mantenerse en refrigeración hasta antes de su preparación final.
- Las salchichas y chorizos no cocidos, deben ser sometidos a la cocción como cualquier tipo de carne.

b. Huevos.

- Los huevos fuera de su cáscara que no se utilicen de inmediato, deben ser mantenidos en refrigeración.
- Los preparados a base de huevos, como crema pastelera y mayonesa, deben mantenerse en refrigeración hasta su consumo.

c. Leche y productos lácteos.

- La leche fresca no pasteurizada debe someterse a ebullición por un período no menor de 5 minutos, moviéndole constantemente para mantener una temperatura uniforme en toda su masa.
- Las leches pasteurizadas deben conservarse en refrigeración.



- Los preparados a base de leche, tales como cremas y salsas, se mantienen en refrigeración hasta el momento de su consumo.
- Para la reconstrucción de leche en polvo se debe utilizar agua hervida tibia y luego refrigerar por un período no mayor de VEINTICUATRO (24) HORAS.

d. Hortalizas.

- Lavar las verduras escrupulosamente en agua fría corriente y abundante; las verduras de hojas se lavan por un chorro de agua.
- Para la mezcla de ingredientes de ensaladas se debe utilizar cucharas o espátulas.

e. Frutas.

Lavarlas antes de su consumo teniendo especial cuidado en la preparación de las fresas, lavándolas con abundante agua después de haber quitado las hojuelas que la cubren.

f. Cereales y derivados.

- Escoger y eliminar cuerpos extraños en el arroz.
- Rechazar cualquier tipo de arroz que presente señales de humedecimiento, desarrollo de hongos, heces de roedores.
- El arroz cocido que no se consuma de inmediato debe guardarse en refrigeración.
- Las harinas que presenten señales de humedecimiento, parásitos, hongos o cualquier otro material extraño, no debe utilizarse.

g. Leguminosas (fréjol, pallares, garbanzos, lentejas, etc.).

Escogerlas y eliminar cuerpos extraños, remojándolas por lo menos DIEZ (10) HORAS antes de su cocción.

h. Grasas:

Durante las frituras evitar el recalentamiento de las grasas. Estas deben desecharse cuando sus características normales de color, olor y sabor estén alteradas.

7.6.2 Distribución:

- a. El trasvase de los alimentos de las marmitas u ollas a las mesas de servicio, debe realizarse en forma higiénica evitando que las manos del manipulador contaminen los alimentos.
- b. Los equipos y el material de la mesa de servicio deben ser de acero inoxidable, contruidos de tal manera que permitan una adecuada limpieza y conservación.



- c. La temperatura mínima para conservar los alimentos calientes debe ser de 60°C.
- d. Para el servicio final adoptar de preferencia el sistema de autoservicio, señalando un área específica para devolver la vajilla usada.
- e. Los excedentes de las preparaciones deben conservarse en refrigeración y utilizarse dentro de las VEINTICUATRO (24) HORAS.

7.7 CONTROL DE CALIDAD, DISPOSICIÓN DE RESIDUOS Y SEGURIDAD EN EL TRABAJO.

7.7.1 Control de Calidad de las preparaciones.

- a. Método para probar las comidas.

Para realizar la prueba en forma higiénica y adecuada, debe seguirse algunos de los procedimientos que se indican a continuación:

Procedimiento 1.

- **Paso 1.** Servir con cucharón o cuchara una pequeña porción a probar, en un plato.
- **Paso 2.** Utilizar otro cubierto para probar la porción del plato.

Procedimiento 2. Se utilizan dos cucharas, las que denominaremos A y B.

- **Paso 1.** Introducir la cuchara A, en la preparación a degustar obteniendo una pequeña porción de la misma.
- **Paso 2.** Vaciar el contenido de la cuchara A en la cuchara B.
- **Paso 3.** Probar el alimento directamente de la cuchara B.
- **Paso 4.** Por ningún motivo la cuchara B, se introduce en el recipiente con alimentos, si es que ésta no ha sido lavada.

- b. Presentación Final.

Una vez concluidas las preparaciones servir una ración completa, tal como se presenta a los comensales a fin de evaluar la presentación del producto.

7.7.2 Disposiciones de residuos.

- a. Depositar los residuos del preparado previo de alimentos en recipientes con tapa, los que deben ser de material resistente y lavable.



- b. Las sobras de alimentos no consumidos por los comensales deben colectarse en depósitos similares a los anotados en el ítem anterior, y pueden ser destinados a la alimentación de animales.
- c. Los residuos y sobrantes mencionados en los incisos a y b, para ser destinados a la alimentación de animales, deben ser sometidos a tratamiento térmico de 100° C por 15 minutos, previamente a ser consumidos por los animales, autorizándose la venta solamente cuando el criador disponga de instalaciones apropiadas.

7.7.3 Seguridad.

- a. El área de trabajo de los Servicios debe ofrecer condiciones de seguridad para los trabajadores (pisos, techos, ventilación, humedad). Con el fin de velar por la seguridad en el trabajo y prevenir los accidentes, conviene la instalación de un "Comité Interno de Seguridad", integrado por los trabajadores y con la participación del administrador de servicio.
- b. En todo servicio de Alimentación se debe contar con número apropiado de extinguidores, de acuerdo al área y especificaciones técnicas del fabricante. Los extinguidores deben ser recargados de acuerdo a lo establecido en las fechas indicadas, y su ubicación y manejo debe ser de conocimiento de todo el personal.
- c. Los productos químicos y otros que sean peligrosos (tóxicos o inflamables) deben almacenarse en lugares adecuados lejos de los alimentos y del fuego.
- d. Las instalaciones eléctricas deben ser revisadas y periódicamente (mensual), dando cuenta de enchufes y conexiones defectuosas.
- e. Todo Servicio de Alimentación debe contar con un Botiquín equipado con los elementos indispensables de primeros auxilios.
- f. El personal debe ser capacitado para actuar adecuadamente en situaciones de emergencia.
- g. Debe señalarse las salidas y zonas de escape.



7.8 HORARIO DE DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS.

El horario de atención de los alimentos se sustenta en las necesidades de una ingesta saludable no debiendo transcurrir entre cada toma menos de CINCO (5) ni más de OCHO (8) HORAS. Para el efecto se recomienda el siguiente horario de distribución: (Tabla No. 07).

Tabla N° 07: Horario de distribución de alimentos.

TIEMPO DE COMIDA	HORARIO DE DISTRIBUCIÓN
Desayuno	06:30 – 09:00 horas
Almuerzo	12:30 – 15:30 horas
Cena	18:30 – 21:00 horas

7.9 FRECUENCIA DE PROGRAMACIÓN DE CÁRNICOS.

Programar la frecuencia de carnes conforme a lo señalado en la Tabla No. 08.

Tabla N° 08: Frecuencia de programación de cárnicos.

Producto	Desayuno	Almuerzo	Cena
Carnes rojas (res, cerdo)	2v/mes	1-2 v/sem	1-2 v/sem
Vísceras	-	2 v/mes	-
Carne de aves (pollo, pavita, gallina)	-	4 v/sem	4 v/sem
Pescado	2v/mes	1-2 v/sem	1-2 v/sem
Pavo	-	-	2 v/año

v/sem = veces por semana v/mes= veces por mes v/año= veces por año

7.10 CONDICIONES GENERALES DE LOS SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN COLECTIVA.

7.10.1 Ubicación y estructura física.

Los servicios de alimentación colectiva deben contar con ambientes exclusivos para la manipulación de alimentos, asegurando que su ubicación no represente riesgo de contaminación cruzada para los alimentos que elaboran y distribuyen. Los terrenos que hayan sido rellenos sanitarios, basurales, cementerios, pantanos o que están expuestos a inundaciones frecuentes no pueden ser destinados a la construcción de establecimientos de alimentos.

Las instalaciones deben ser de construcción sólida y los materiales no deben transmitir elementos contaminantes (físicos, químicos o biológicos) a los alimentos, deben ser de materiales resistentes a la corrosión, de superficies lisas, fáciles de limpiar y



desinfectar de tal manera que no transmita ninguna sustancia indeseable a los alimentos. Deben mantenerse en buen estado de conservación e higiene (paredes, techos, pisos sin grietas, ni manchas de humedad entre otras).

Los establecimientos deben establecer medidas o barreras eficaces de protección contra fuentes de contaminación externa (plagas, generación de polvo, humos, gases, malos olores, aguas servidas, animales silvestres, entre otros factores de riesgo de contaminación), lo que debe ser demostrado objetivamente y verificado en la vigilancia sanitaria que realice la autoridad competente.

Los servicios de alimentación colectiva deben establecer medidas eficaces de protección contra fuentes de contaminación externa, para minimizar riesgos de contaminación cruzada.

Deben contar con un sistema adecuado y efectivo de evacuación de humos y gases propios del proceso de elaboración de alimentos, los que deben limpiarse periódicamente de la grasa impregnada en los ductos, a fin de no constituir riesgo de contaminación cruzada, contaminación al ambiente o riesgo de incendio.

Los estilos de los establecimientos pueden ser de libre elección siempre que se mantenga el control sobre los factores de riesgo de contaminación cruzada.

7.10.2 Ambientes.

El establecimiento de acuerdo al volumen de preparación de raciones debe disponer de espacio suficiente para realizar las operaciones con los alimentos, en concordancia con su carga de producción.

La distribución de los ambientes debe permitir un flujo de trabajo ordenado y secuencial, evitando riesgos de contaminación cruzada.

En los ambientes del establecimiento donde se manipulen alimentos, no se debe mantener objetos en desuso o no vinculados a la actividad que pueda contaminar estos y propicie la proliferación y anidación de insectos y roedores.

Los ambientes o áreas donde se realizan operaciones con alimentos deben tener:

- Pisos, paredes, ventanas, techos y puertas: de material y de superficie lisa de fácil limpieza y desinfección, mantenerlos limpios y en buen estado de conservación. La unión entre piso



y paredes de los ambientes de proceso y almacén deben facilitar la limpieza y evitar la acumulación de suciedad (ejemplo: uniones a media caña). Las ventanas deben estar provistas de medios que impidan el ingreso de insectos, aves, roedores u otros animales.

- Los pasadizos y vías de acceso deben tener una superficie lisa y permitir el tránsito fluido del personal y de equipos. Las vías de acceso a estos ambientes donde se manipulan alimentos, deben estar dotadas de mecanismos que permitan la desinfección del calzado o del rodaje de vehículos rodantes como coches de reparto, a fin de disminuir el riesgo de contaminación cruzada hacia los alimentos.
- La ventilación natural o artificial, debe impedir la acumulación de calor y humedad en los ambientes, la condensación de vapor de agua, y permitir la eliminación de aire contaminado.
- La iluminación natural o artificial, debe permitir visualizar con claridad las áreas de trabajo y las operaciones que se realizan en ellas, a fin de que sean ejecutadas de manera higiénica, evitando que se generen sombras, colores falseados, reflejos o encandilamientos que puedan ser causa de contaminación o accidentes de trabajo. Las luminarias deben estar protegidas de manera efectiva que impida la contaminación de los alimentos en caso de rotura, las características específicas de iluminación que precise el servicio se indicaran en los documentos que sustenten los Principios Generales de Higiene.

7.10.3 Abastecimiento de Agua.

El Establecimiento debe garantizar que el agua que utiliza es segura e inocua para el consumo humano. La disponibilidad de agua para consumo humano debe ser suficiente para las necesidades del servicio debiendo controlar que el nivel de cloro residual libre sea mínimo de 0.5mgL-1 (el súper índice indica que el límite debe ser menor de 1) o ppm (partes por millón) en el punto de consumo (si procede de red pública).

Si cuenta con otro sistema de distribución y almacenamiento de agua, debe estar en buen estado de conservación e higiene, protegido de manera que impida la contaminación del agua. La higiene (Limpieza y desinfección) de tanques y cisternas y reservorios debe ser periódica a fin de garantizar agua para consumo humano, debiendo estar asentados y documentados en el programa de Higiene y Saneamiento (PHS) del establecimiento. Cuando la limpieza y desinfección sea realizada por un tercero este debe estar autorizado por la autoridad sanitaria.



7.10.4 Disposición de aguas residuales y de residuos sólidos.

Las aguas residuales deben disponerse de forma sanitaria; para lo cual se cuenta con trampas para capturar grasas y asegurar mantener los puntos de evacuación protegidas contra vectores, reflujos y rebose. Asimismo, evitar la eliminación por el desagüe de aceites usados.

En los ambientes donde se procesan los alimentos, los residuos sólidos generados (incluida vajilla rota o desechada, durante las operaciones diarias), debe disponerse en recipientes en buen estado de conservación e higiene, provistos de bolsa (preferiblemente biodegradable o similares), con capacidad suficiente para la actividad, y de ser retirada hacia su lugar de acopio, las veces que sea necesario.

El Acopio de los residuos sólidos debe ser en contenedores exclusivamente para tal fin, que cuenten con tapa o con un sistema que garantice su aislamiento, estos deben ser en número o con capacidad suficiente a la demanda del servicio y mantenerse en buen estado de conservación e higiene. Los contenedores deben ubicarse en un ambiente específico, totalmente independiente, separados de los ambientes donde se realizan operaciones con alimentos, manteniéndose limpios y cerrados cuando no se utilizan, a fin de reducir el riesgo de contaminación cruzada y evitar la proliferación de insectos, roedores.

Se debe disponer de un lavadero para lavado de manos de mopas, tachos y demás implementos de limpieza.

7.10.5 Servicios higiénicos y vestuarios.

Los servicios higiénicos y vestuarios deben mantenerse operativos, en buen estado de conservación e higiene, contar con iluminación y con adecuado sistema de ventilación. El número de servicios higiénicos debe estar en correspondencia con la norma vigente y demanda de uso, garantizando su operatividad e higiene en todo momento. Esta área no debe tener comunicación directa con áreas relacionadas con alimentos.

La disponibilidad de servicios higiénicos debe ser según lo siguiente:



Tabla N° 09: Servicios higiénicos y vestuarios

N° de personas	Inodoro	Urinario (*)	Lavatorio	Ducha
De 1 a 9	1	1	2	1
De 10 a 24	2	1	4	2
De 25 a 49	3	2	5	3
Más de 50	1 unidad adicional por cada 30 personas			

(*) Los servicios higiénicos destinados a mujeres deben disponer de inodoros adicionales en lugar de urinarios indicados para los servicios higiénicos para hombres.

Los servicios higiénicos deben estar provistos de dispensadores con jabón líquido o similar, medios para lavado y secado higiénico de las manos. Los inodoros, lavatorios y urinarios deben ser de material sanitario de fácil limpieza y desinfección, mantenerse en buen estado de conservación e higiene.

El ambiente para fines de vestuario del personal debe contar con facilidades (percheros, casilleros, gavetas entre otros) para disponer la ropa de trabajo y de uso personal de manera que no entren en contacto unas con otras. No debe utilizarse como vestuarios los ambientes o áreas donde se manipulen o almacenen alimentos. No está permitido que existan inodoros en áreas de vestuario.

Estos ambientes deben contar con mensajes instructivos para el uso correcto de los servicios higiénicos y vestuarios, incluyendo la práctica de lavado correcto de las manos, según indicaciones del Ministerio de Salud.

7.10.6 Instalaciones para el lavado de manos en el ambiente/área de elaboración de alimentos.

Instalaciones para el lavado de manos en el ambiente/área de elaboración de alimentos debe contar con un lavadero exclusivo para el lavado de manos provisto de agua potable, dispensadores de jabón, papel toalla para el secado de manos. De no tener esta facilidad, utilizar el lavadero de uso común evitando contaminación cruzada. De ninguna manera, se debe utilizar los lavaderos de alimentos para higiene personal (lavado de dientes, de manos después de haber utilizado el servicio higiénico, después de comer, entre otros).



7.11 BUENAS PRÁCTICAS DE MANIPULACIÓN.

7.11.1 Operaciones relacionadas con la elaboración de los alimentos.

Las operaciones relacionadas con la elaboración de los alimentos en los servicios de alimentación colectiva, desde la adquisición de las materias primas e insumos, hasta su distribución o servido al consumidor, deben seguir un flujo de trabajo ordenado y consecutivo, incluyendo a los manipuladores que intervienen en cada etapa del proceso, de modo tal que no generen riesgos de contaminación cruzada en las actividades relacionadas. Las diferentes áreas destinadas a la elaboración de alimentos no requieren estar separadas físicamente pero sí operacionalmente o lo que se denomina división en tiempo (estableciendo horarios para cada actividad), con la finalidad de evitar o minimizar el riesgo de contaminación cruzada. Con el mismo fin, los equipos, utensilios y vajillas.

7.11.2 Recepción de materias primas e insumos.

Los vehículos que transportan alimentos desde los almacenes de los proveedores hasta el servicio de alimentación colectiva deben ser exclusivos para transportar alimentos a fin de evitar la contaminación cruzada con productos no alimenticios. En ningún caso se debe transportar alimentos con productos tóxicos. Los vehículos deben estar limpios y mantener la cadena de frío para el caso de productos que lo requieran.

El personal que participa en la manipulación de carga y descarga de las materias primas e insumos debe portar indumentaria limpia, cubrir el cabello y tener una adecuada higiene y presentación personal.

El área de recepción de materias primas e insumos debe estar protegida (ventanas con mallas, cortinas traslape, entre otros, según corresponda) y la iluminación debe permitir una adecuada manipulación e inspección de los productos.

Las materias primas y/o insumos son recepcionados y registrados por el personal de recepción y despacho de alimentos, los cuales deben ser inspeccionados verificando las especificaciones de materias primas e insumos, a fin de realizar con facilidad la inspección sensorial para la aceptación o rechazo de los alimentos.

Es responsabilidad del servicio de alimentación colectiva que los productos que recibe (materias primas, ingredientes, productos industrializados, otros) cumplan con las características de calidad



sanitaria cuyas generalidades se indican en el Anexo N° III. Para los alimentos que requieren mantener cadena de frío se realizan los controles que aseguren dicha condición sanitaria hasta su elaboración. Las especificaciones detalladas para cada uno de los alimentos o grupos de alimentos deben consignarse en el programa de BPM del servicio de alimentación colectiva.

El responsable del servicio de alimentación colectiva lleva registros de proveedores, de la procedencia de los productos, certificación sanitaria de los establecimientos de procedencia (en lo posible), fechas de ingreso entre otros, que permita realizar la rastreabilidad con fines sanitarios, epidemiológicos u otros.

7.11.3 Almacenamiento de materias primas e insumos.

El almacenamiento de materias primas e insumos que intervienen en la elaboración de los alimentos, deben cumplir con las siguientes condiciones sanitarias generales:

- Almacenarse según tipos de alimentos (perecibles y no perecibles), en ambientes en buen estado de conservación e higiene, que mantengan las condiciones establecidas de temperatura y humedad requeridas para su conservación.
- Los alimentos elaborados industrialmente como el azúcar, harinas, gelatinas entre otros deben almacenarse en sus envases originales. Si estos son fraccionados se debe utilizar envases de uso exclusivo para tal fin, como contenedores con plástico con tapa, protegido e identificado con rotulo que incluya el tipo de producto, fecha de adquisición y la fecha de vencimiento.
- Los alimentos que ingresan al almacén deben mantener una correcta rotación de los productos con las fechas de ingreso visibles a fin de aplicar una correcta rotación del inventario “primero en entrar, primero en salir” (PEPS) o “primero en vencer, primero en salir” (PVPS).
- Estar dispuestos en orden y separados del piso, paredes y techo con espacios que permitan la circulación de aire y faciliten la inspección e higiene.
- Los alimentos de origen animal y vegetal se almacenan por separado para evitar la contaminación cruzada y la transferencia de olores indeseables. Asimismo, se separan los que cuentan con envoltura o cáscara, de aquellos que se encuentran desprotegidos o fraccionados.

En el almacenamiento de productos perecibles (enfriados, refrigerados y congelados) se debe tener en cuenta lo siguiente:



- **Se señalan como alimentos que necesitan almacenarse enfriados:** Las verduras guardadas en bolsas de plástico perforadas para mantener la frescura, las frutas ya en estado de maduración óptima, las no maduras dejarlas a temperatura ambiente, el pescado adquirido hasta antes de iniciar la preparación.
- **Se señalan como alimentos que necesitan almacenarse refrigerados:** Las carnes en general que deben ser consumidas dentro de las VEINTICUATRO (24) HORAS, lácteos, embutidos, aceites, mantequilla, margarina, mayonesa, mostaza,
- **Se señalan como alimentos que necesitan almacenarse en congelación:** Todo alimento adquirido congelado como el mondongo importado, el pavo congelado entre otros.

Las carnes que se guarden por más de VEINTICUATRO (24) HORAS:

- Deben mantener la cadena de frío de los alimentos que lo requieran. Los alimentos refrigerados deben mantenerse a temperaturas de 5°C a 1°C y los congelados deben mantenerse a una temperatura mínima de -18°C.
- Los alimentos que se descongelan no deben ser nuevamente congelados. Se debe separar en porciones antes de congelar según la cantidad requerida.
- Para el control de las temperaturas, los equipos deben disponer de dispositivos calibrados que permitan la fácil lectura, colocados en un lugar visible y ser verificados periódicamente, llevándose un registro del control de las temperaturas consignados en el programa de BPM. Los equipos de frío deben tener un programa de mantenimiento preventivo y limpieza que asegure su operatividad y funcionamiento.
- Los alimentos deben estibarse de tal manera que se evite la contaminación y la transferencia de olores indeseables. Los alimentos se colocan separados unos de otros y de las paredes, a fin de que el aire frío permita que los alimentos alcancen una temperatura de seguridad en el centro de los mismos.



- Para el almacenamiento de insumos no perecibles (no requieren refrigeración) se debe tener en cuenta lo siguiente:
Alimentos que no requieren refrigeración: Viveres secos, tubérculos, cebolla, ajos con cáscara.

- Se debe disponer de un almacén general, limpio, seco, ventilado, iluminado adecuadamente, y protegido contra el ingreso de roedores, animales y personas ajenas al servicio. Para la distribución de los alimentos en el almacenamiento en seco se considera lo siguiente:
- Mantener las condiciones de temperatura y humedad controladas para los productos que lo requieran, que impidan la proliferación de mohos (Temperatura no mayor de 21°C y humedad relativa no mayor del 60%).
- El acopio o estiba en el almacén debe ser en tarimas, anaqueles o parihuelas donde los alimentos no tengan contacto con el piso, colocados en estantes mantenidos en buenas condiciones y limpios y a una distancia mínima de 0,20 m. del piso, 0,60 m. del techo, 0,50 m. entre hileras y 0,50 de la pared.
- Apilar los sacos, cajas y similares de manera entrecruzada que permita la circulación de aire. Además, antes de abrir los sacos, bolsas o cajas que contienen alimentos, se limpiarán externamente.
- Almacenar los alimentos secos se almacenan en sus envases originales, los cuales se mantienen íntegros y cerrados. Sin embargo, los productos a granel, se conservan en envases tapados y etiquetados que permitan la identificación del producto y de la fecha de vencimiento.
- Los productos enlatados antes de ser almacenados, son sometidos a una inspección visual con respecto a la presencia de abolladuras, corrosión, fecha de caducidad y prestando especial atención a la presencia de latas hinchadas, corroídas y abolladas.
- Los productos a granel deben almacenarse tapados y etiquetados que permitan la identificación del producto y la fecha de vencimiento.
- Se prohíbe la presencia de cualquier objeto que no esté relacionado y en uso con los alimentos, tales como ropa, artículos de limpieza, objetos en desuso, entre otros. Finalmente, el control del correcto almacenamiento de las materias primas e insumos está a cargo del supervisor de calidad que se encarga de la inspección de la vida útil, el rótulo de los empaques con la fecha de ingreso y de salida del producto del almacén, con la finalidad de supervisar la aplicación del Principio PEPS (los alimentos que ingresan primero son también los primeros en salir del almacén).



7.11.4 Preparación de los alimentos.

Las diferentes áreas destinadas a la elaboración de alimentos no requieren estar separadas físicamente, pero si operacionalmente o lo que se denomina división en el tiempo (estableciendo horarios para cada actividad) con la finalidad de evitar o minimizar el riesgo de contaminación cruzada. Con el mismo fin los equipos, utensilios y vajillas.

a. Área de elaboración previa o procesamiento de alimentos crudos.

Las operaciones previas al procesamiento de crudos como pesaje de ingredientes, mezclado y otros propios de proceso de elaboración, deben realizarse en superficies y con utensilios limpios, de uso exclusivo para tales fines con el propósito de disminuir el riesgo de contaminación cruzada.

Los trozos carnes, pescados o aves entre otros se deben lavar con agua potable corriente antes de someterlas al proceso de cocción, con la finalidad de reducir al máximo la carga microbiana.

Las frutas y verduras deben ser lavadas y desinfectadas para lograr una acción de arrastre de tierra, huevos de parásitos, insectos y otros contaminantes en los lavaderos respectivos. Primero se lavan en agua y seguidamente se desinfectan por inmersión en solución de hipoclorito de sodio a 50 ppm de concentración. Seguidamente enjuagar con abundante agua. (Ver Anexo IV).

El manipulador encargado debe lavar y desinfectarse las manos antes de esta operación siguiendo el instructivo respectivo de lavado de manos de la OMS. Finalmente, se realizan las operaciones previas a la fase intermedia en las mesas de trabajo.

Debe contar con tablas de picar de colores para identificar el tipo de alimento a cortar, como se señala en la Tabla N°. 10.



Tabla N° 10: Colores de la tabla de picar según el tipo de alimento.

COLOR DE LA TABLA DE PICAR	ALIMENTOS
Blanco	Pastas, quesos, pan
Verde	Frutas y vegetales
Rojo	Carnes rojas (res, cordero, ternera, cerdo)
Azul	Pescados y mariscos
Amarillo	Carnes Blancas (pavo, pollo, conejo)
Marrón	Productos cocinados

Los utensilios como cuchillos y tablas, entre otros, que se utilizan para el corte, trozado, fileteado, etc., de alimentos crudos, son exclusivos para tal fin y deben mantenerse en buen estado de conservación e higiene.

Durante la preparación previa de los alimentos, la cantidad de éstos sobre las mesas de trabajo no debe sobrepasar la capacidad de la superficie de dichas mesas, a fin de evitar caídas accidentales de los alimentos al piso.

Los alimentos picados y trozados para la preparación del día, que no sean utilizados de inmediato, deben conservarse en refrigeración y protegidos hasta su cocción o servido.

b. Descongelación.

Los alimentos crudos congelados que no necesiten de un procesamiento previo pueden ser cocinados sin descongelar, en tal caso pasan al área intermedia o final según sea el caso.

Las hortalizas congeladas empacadas pasan directamente al área intermedia ya que pueden cocinarse sin descongelar.

Los grandes trozos de carne, pescado o aves, entre otros que deben ser descongelados antes de pasar al área intermedia para su cocción deben descongelarse completamente bajo los siguientes procedimientos:

- a. En refrigeración: La descongelación de los alimentos se debe realizar en frío (en refrigeración) la cual demora desde unas horas hasta un día, a una temperatura no mayor de 5° C, la cual reducen el riesgo de crecimiento microbiológico y producen una tasa de descongelamiento lenta, la cual garantiza la eficiente reabsorción del agua derretida. En este procedimiento se debe evitar la contaminación cruzada por goteo o por contacto hacia otros alimentos.
- b. En agua potable corriente: (chorro de agua) o por inmersión



en agua fría, el alimento debe estar protegido en su envase original para evitar el contacto directo del alimento con el agua, cabe resaltar que el agua debe ser mantenida a temperatura no superior a los 21°C durante no más de CUATRO (4) HORAS. Se debe recordar, que usando una correcta forma de descongelación se obtienen alimentos de buena calidad, evitando la pérdida de materia prima (sales, humedad y otros componentes).

Los alimentos descongelados no pueden ser congelados nuevamente. Se descongelan para su completa preparación.

c. Área de elaboración intermedia o procesamiento de alimentos cocidos.

Es una etapa de preparación intermedia o de cocción, en la que los alimentos preparados para el servido o consumo final tienen o requieren un tratamiento térmico como cocción (asados, guisos, frituras, horneados, hervidos, escalfados entre otros). No se consideran tratamiento térmico procesos como chamuscado, flambeado, escaldado o similar.

Durante este proceso se verifican y registran regularmente los tiempos y temperaturas de cocción alcanzados por los alimentos.

El grado de cocción de grandes trozos y enrollados de carnes debe alcanzar una cocción completa por encima de los 74 °C en el centro de la pieza, lo cual se verifica al corte y con un termómetro calibrado para asegurar la eliminación de la *Salmonella spp.* También se debe asegurar que los rellenos de las preparaciones alcancen esta temperatura de seguridad y servirse o refrigerarse de inmediato.

Las grasas y aceites utilizados para freír no deben calentarse a más de 180°C y durante su reutilización deben filtrarse para eliminar partículas de alimentos que hubieran quedado de las frituras anteriores. Cuando se identifiquen cambios de color, olor, turbidez, sabor, entre otros y den indicios de un recalentamiento excesivo o quemado deben desecharse adecuadamente (evitando su eliminación por el desagüe).

Con fines de control de calidad de los aceites y grasas reutilizadas en la elaboración de frituras, se consideran como no aptos para el consumo humano cuando estos contienen más del 25% de compuestos polares debiendo desecharse (no



se debe someter los aceites de cocina a repetidos ciclos de fritura).

Las preparaciones a base de ingredientes crudos o cocidos perecibles de consumo directo, se conservan en refrigeración a una temperatura no mayor de 5 °C hasta el momento de su consumo. El tiempo de conservación de estos alimentos evita la alteración de sus características organolépticas. Para el caso de los alimentos de mayor riesgo como cremas a base de leche y huevos crudos, el periodo de conservación no es mayor de VEINTICUATRO (24) HORAS.

d. Área de elaboración final.

El lugar para estas operaciones no debe estar contigua al área de elaboración previa o de procesamiento de alimentos crudos o de cualquier otra que favorezca la contaminación cruzada; debe mantenerse limpia y en buen estado de conservación al igual que los materiales, equipos y utensilios.

Las tablas de picar, cuchillos y equipos para alimentos cocidos y otros de consumo directo deben ser diferentes a los utilizados para alimentos crudos.

El emplatado y servido de los alimentos son procesos que requieren de una manipulación bajo higiene rigurosa que prevenga la contaminación cruzada de los alimentos recién cocinados. Por lo cual, tanto los manipuladores que laboran en esta área como los utensilios empleados deben ser exclusivos de esta área de elaboración final.

Para las preparaciones que requieran una manipulación directa, esta debe realizarse previo lavado y desinfección de manos.

Los alimentos deben ser distribuidos a los comensales inmediatamente después de elaborados y por ningún motivo recalentados o guardados.

En los equipos de frío utilizados para esta área, los alimentos crudos, cocidos o listos para el consumo deben disponerse en forma ordenada para prevenir la contaminación cruzada.

7.11.5 BPM en el Servido de Alimentos.

Existen dos (02) modalidades para el servido de los alimentos que se realizan frecuentemente:



- a) **Servido dentro del local** donde se encuentra el establecimiento de servicio de alimentación colectiva.
- b) **Servido fuera del local** donde se encuentra el establecimiento del servicio de alimentación.

En cualquiera de estas modalidades se requiere una manipulación higiénica teniendo en consideración como mínimo lo siguiente:

- El hielo debe ser de agua para consumo humano, para ello debe mantenerse en recipientes cerrados en buen estado de conservación e higiene, y no manipularse directamente con las manos.
- Los productos complementarios como el azúcar, especias, salsas, productos en polvo, entre otros deben dispensarse en recipientes higienizados, siendo preferible el uso de alimentos envasados comercialmente o dispensados para un solo uso; de no ser posible en el caso de las salsas no reusarse las que son dejadas en las mesas, estas deben desecharse.
- Los alimentos destinados al autoservicio (bufe) de los consumidores deben estar protegidos de la contaminación de la persona que realiza el servicio de los alimentos (cabello, saliva, ropa, entre otros).
- El menaje, la vajilla, los cubiertos y vasos, así como el mobiliario y mantelería deben estar en buen estado de conservación e higiene, los de material de vidrio o similares, deben encontrarse íntegros. Los platos se toman por debajo o por los bordes, los vasos por las bases, los cubiertos por sus mangos y las tazas por debajo o por las asas; procurando no tocar con los dedos la superficie que entra en contacto con los alimentos o la boca de los comensales. En ningún caso, los platos o las fuentes con las preparaciones se colocan unos sobre otros.
- Cabe mencionar, que estos materiales deben ser remplazados por materiales eco amigables.
- En caso de que el servido sea directo por el propio consumidor (bufe) debe disponer de implementos (pinzas, cucharas, servilletas, entre otros).
- Los complementos que entran en contacto con las bebidas (adornos, incluidos frutas, sorbetes, entre otros) deben ser de primer uso y desechados inmediatamente luego de ser utilizados.
- Las bebidas envasadas que se sirven o se utilizan para la elaboración de mezclas, cocteles o similares deben cumplir con la normativa sanitaria que les aplica como alimentos



industrializados; así mismo el establecimiento debe cumplir con las restricciones o advertencias para su consumo.

- Si la modalidad del servicio lo requiere, se debe colocar recipientes para residuos sólidos, los mismos que deben mantenerse en buen estado de conservación e higiene, no permitiendo que los residuos rebasen su capacidad.
- El personal de atención al consumidor (mozo) debe estar capacitado para informar sobre los ingredientes de los alimentos, a fin de prevenir un accidente por hipersensibilidad.
- La vajilla, cubiertos y vasos se guardan en un lugar cerrado, protegidos del polvo e insectos. Los vasos y tazas se guardan colocándolos hacia abajo.
- Las tablas de picar deben ser de polietileno de alta densidad, no absorbente, de superficie lisa manteniéndose en buen estado de conservación e higiene.
- Los equipos se encuentran operativos y están instalados de tal manera que permiten un mantenimiento y limpieza adecuada, ya que son móviles y/o desmontables, y capaces de resistir repetidas operaciones de limpieza y desinfección. Para la correcta operatividad de los equipos se debe considerar el mantenimiento respectivo de cada equipo.
- Por otro lado, el personal que distribuye los alimentos debe cumplir con los requisitos establecidos de higiene de personal.

7.11.6 BPM en el Transporte de Alimentos al Lugar de Consumo.

Cuando el servicio se realice fuera del local donde se encuentra el establecimiento del servicio de alimentación, los alimentos deben ser transportados al lugar de consumo debiendo cumplir lo siguiente:

- Los alimentos deben transportarse protegidos de la contaminación del ambiente.
- El vehículo de preferencia debe ser exclusivo para transportar alimentos a fin de evitar la contaminación cruzada con productos no alimenticios. En ningún caso se debe transportar alimentos con productos tóxicos. El vehículo debe estar higienizado antes de transportar los alimentos.
- Los procesos, frecuencias y responsables de la limpieza, higiene y desinfección de los vehículos, deben contemplarse en el programa de higiene y saneamiento del servicio de alimentación.
- Los alimentos e implementos del servido deben estar protegidos durante el transporte.



- Los alimentos que requieren ser mantenidos en caliente (más de 70°C) o frío (refrigeración/congelación) deben mantener dichas condiciones durante el transporte para lo cual el servicio acondicionara los equipos necesarios.
- El transporte de los alimentos al lugar de consumo debe respetar el tiempo no mayor a DOS (02) HORAS entre la preparación y el consumo a fin de reducir el riesgo de contaminación cruzada y crecimiento de microorganismos toxigénicos.

7.11.7 De los Consumidores.

Los consumidores deben lavarse las manos antes de servirse los alimentos, utilizando el área correspondiente para el lavado de manos, en la cual se debe disponer de mensajes que insten al lavado de manos.

Para el servicio directo de bocaditos y similares del bufe, deben utilizar los implementos dispuestos por el servicio tales como pinzas, cucharas, tenedores, servilletas, entre otros que eviten el contacto directo de los alimentos con las manos.

Si un consumidor comunica ser hipersensible o alérgico a algún alimento, se informa al área de cocina para que se apliquen las practicas que eviten su uso o transferencia a las preparaciones a servir.

Relación de alimentos que causan hipersensibilidad.

- Cereales que contienen gluten; por ejemplo, trigo, centeno, cebada, avena, harina integral.
- Crustáceos (camarones, langostinos, cangrejos) y productos derivados.
- Huevos y derivados.
- Pescados y derivados.
- Maní, soja y sus derivados.
- Leche y derivados (incluida lactosa).
- Nueces de árboles y sus derivados.
- Embutidos y alimentos curados, Sulfito en concentraciones de 10mg/kg o más (verificar en los alimentos preenvasados a ser utilizados en la preparación).

7.11.8 Manipuladores de Alimentos.

El personal que realiza las operaciones relacionadas a la elaboración y servido de alimentos debe cumplir las siguientes disposiciones sanitarias:



a. Salud:

- No presentar signos vinculados con enfermedades transmitidas por alimentos (ETA), tales como procesos diarreicos, ictericia, vómitos, procesos respiratorios, dolor de garganta, fiebre o tener heridas infectadas o abiertas, infecciones cutáneas en oídos, ojos, nariz. Los manipuladores deben comunicar oportunamente a su empleador cuando padezcan cualquiera de estas señales a fin de no tener contacto con los alimentos y ser sometidos a examen médico.
- El empleador tiene la responsabilidad de que sus manipuladores de alimentos sean sometidos a examen médicos relacionados con las ETAs, estando estos documentos disponibles para la vigilancia y control que realice la autoridad de salud a fin de evitar brotes de ETAs. El cumplimiento de los controles sanitarios es de responsabilidad del Comité de fiscalización de la ROUD y el comité de Inocuidad Alimentaria.
- Los manipuladores de alimentos deben presentar la siguiente documentación:
 - Carnet sanitario que da fe que es una persona sana y apta para trabajar en el área de cocina.
 - Controles sanitarios de acuerdo a normatividad vigente y, de presentar alguna enfermedad infecto contagiosa, proceso diarreico, respiratoria, heridas infectadas o abiertas, infecciones cutáneas, llagas, etc. están prohibidos de tener contacto con los alimentos.
 - El cumplimiento de los controles sanitarios es de responsabilidad del Comité de Inocuidad Alimentaria.



b. Higiene:

Debe mantener una rigurosa higiene personal, mantener el cabello limpio y recogido con malla protectora o cofia, no llevar artículos de uso personal (aretes, collares, piercing, pulseras, reloj, celular, llaves, lapiceros entre otros), mantener las manos limpias con uñas cortas, sin esmalte. No fumar, ni comer durante las operaciones con alimentos, evitar maquillaje y los varones evitar el bigote y la barba.

c. Vestimenta:

La vestimenta (gorro, mandil, calzado cerrado entre otros) debe ser de uso exclusivo para el área de trabajo y cubrir la ropa de uso personal cuando ello aplique. La vestimenta debe

mantenerse limpia y en buen estado de conservación, de preferencia debe ser de color claro blanco o de crema.

En lo posible el personal de servicio debe tener vestimenta propia para el servicio (diferente a la vestimenta personal) y en cantidad suficiente que permita un recambio adecuado.

d. Capacitación sanitaria:

La capacitación sanitaria de los manipuladores de alimentos es obligatoria y de responsabilidad del empleador, esta es brindada por entidades públicas privadas o profesionales de la salud con experiencia en temas sanitarios de alimentos. Los programas de capacitación son desarrollados en función de las necesidades de cada servicio de alimentación colectiva.

Se debe realizar por lo menos cada 3 meses, de considerarlo pertinente, programar capacitaciones mensualmente, posteriormente siendo evaluados frecuentemente a fin de asegurar la aplicación de la capacitación en las labores que realizan. La capacitación debe incluir temas como:

- Contaminación de alimentos.
- Enfermedades de transmisión alimentaria (ETA).
- Buenas Prácticas de Manipulación (BPM).
- Programa de Higiene de Alimentos (PHS).
- Manejo de fichas de control.
- Uso de EPPS.
- Otros.

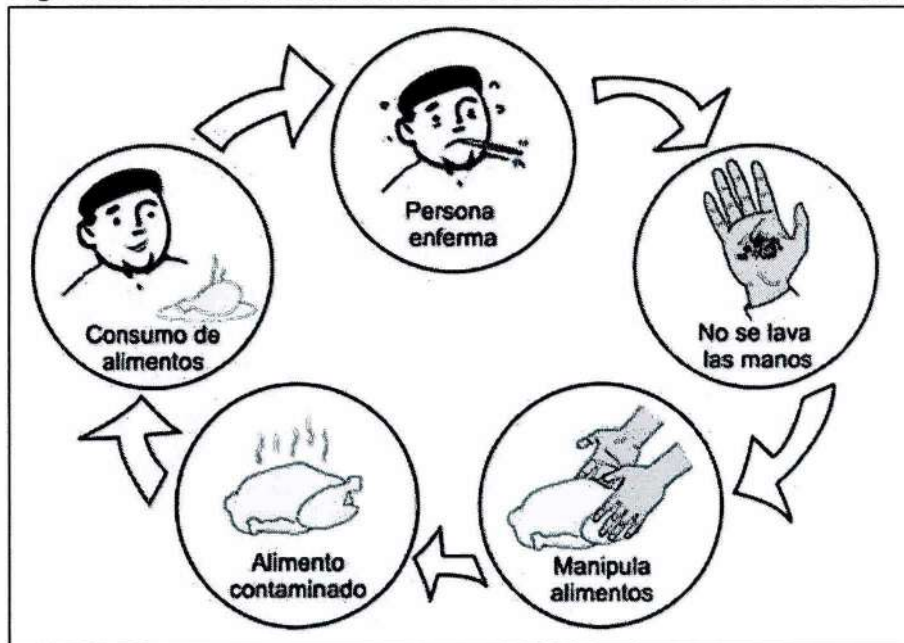
7.11.9 Malos Hábitos Que Deben Evitar.

Quedan totalmente prohibidos las siguientes acciones durante el proceso de preparación de los alimentos:

- Fumar, comer, beber, masticar chicle o escupir en áreas de preparación de alimentos.
- Toser y estornudar sobre los alimentos.
- Utilizar anillos, esclavas, relojes, aros u otros elementos que además de esconder bacterias pueden caer en los alimentos o en los equipos causando un problema de salud al consumidor.
- Uso de celulares durante las horas de cumplimiento de actividades.
- Rascarse la cabeza u otras partes del cuerpo.
- Arreglarse el cabello, jalarse los bigotes.
- Laborar bajo el efecto de algún alucinógeno o estado etílico.
- Tocarse o secarse el sudor de la frente con las manos.
- Secarse las manos o brazos en el uniforme o con secadores de uso exclusivo para las vajillas y utensilios.



Figura N.º 01: Consecuencias de los malos hábitos en la cocina



7.12 PROGRAMA DE HIGIENE Y SANEAMIENTO (PHS).

Los servicios de alimentación colectiva deben contar con un Programa de Higiene y Saneamiento (PHS) en forma documentada y detallada, de conformidad con las características propias de la actividad que realiza, considerando como mínimo los **procedimientos de limpieza y desinfección** de ambientes, instalaciones, equipos, mobiliarios de cocina, utensilios, superficies de trabajo, prevención y **control de plagas**, entre otros, considerando los puntos de control a ser verificados por el servicio con los registros de dichas verificaciones. Para su elaboración se recomienda proceder de la siguiente manera:

- **Hacer un inventario de todos los equipos y utensilios que hay que limpiar, lavar y desinfectar.**
- **Para cada uno de los equipos y utensilios inventariados hay que evaluar la naturaleza de los materiales y de la suciedad que se deposita en ellos, evaluar el nivel de riesgo, elegir el detergente y desinfectante adecuados, se elabora un protocolo de limpieza y desinfección y diseñar una hoja de control.**

Pasos a seguir para cada equipo o utensilio:

1. **Evaluación de la suciedad y los materiales.** Consiste en conocer y evaluar cuál es la composición química de la suciedad que se deposita en un determinado equipo, así como la naturaleza del material del que está hecho dicho equipo. Ambas cosas, tipo de suciedad y material,



determinan la elección de los productos que debemos aplicar para la limpieza y desinfección (es decir determina el paso 3).

2. Evaluación del nivel de riesgo y elección del tipo de protocolo:

Consiste en asignar un nivel de riesgo al equipo en cuestión. Según el nivel de riesgo asignado decidiremos el tipo de protocolo de limpieza y desinfección que debemos aplicar. Existen dos tipos de protocolos: protocolos de 5 pasos y protocolos de 7 pasos.

- En un protocolo de 5 pasos se utiliza un solo producto que tiene propiedades detergentes y también desinfectantes.
- En un protocolo de 7 pasos se aplica primero un detergente y después un desinfectante.

3. Elección de los productos, métodos y utensilios de aplicación.

De acuerdo al tipo de suciedad y tipo de material. De estos mismos catálogos se toma los datos necesarios para elaborar el protocolo completo.

4. Elaboración del protocolo de Limpieza y Desinfección (Instrucción de trabajo).

De los mismos catálogos se toma los datos necesarios para elaborar el protocolo completo. Estos datos son fundamentalmente: concentración a la que debe aplicarse el producto, tiempo de contacto, forma de aclarado y material empleado para aplicar el producto.

5. Elaboración de los registros de Control.

Por último, se debe elaborar una hoja de control en la que se registre diariamente que ese equipo ha sido limpiado y desinfectado y que ha sido revisado. En estas hojas normalmente existe un apartado para la firma de la persona que ha limpiado y otro para la firma de la persona que ha supervisado. Así mismo tiene un apartado para el registro de incidencias.

IMPORTANTE: Los pasos 2 a 5 deben hacerse por separado para cada uno de los equipos, superficies y utensilios que hemos anotado en el inventario.

7.12.1 Prácticas de limpieza y desinfección:

Las superficies de trabajo, los equipos y utensilios en contacto con alimentos deben estar en buen estado de conservación e higiene (limpios y desinfectados). Para el lavado y desinfección de vajillas, se sigue el procedimiento teniendo en cuenta las siguientes consideraciones:



- Se retira los residuos de comidas de las vajillas.
- Se enjuaga con agua potable corriente.
- Se utiliza detergentes aprobados.
- Se desinfecta por inmersión en agua a 80°C por 3 minutos.
- Al finalizar el lavado, el personal emplea secadores de tela, que son de uso exclusivo. Dichos secadores se mantienen limpios, en buen estado de conservación y en número suficiente de acuerdo a la demanda del servicio.
- Finalmente se procede a registrar las actividades realizadas en el formato correspondiente de Control de limpieza y desinfección de vajillas del Comedor.

Durante las actividades en las áreas de elaboración, los alimentos, líquidos u otros desperdicios que caen al piso deben recogerse y desecharse de inmediato.

Reconocer los equipos con que se cuenta, estos deben acondicionarse en lugares específicos, debidamente protegidos para evitar su contaminación posterior al lavado y desinfección.

Los equipos y utensilios deben ser de material de uso alimentario, diseñados de manera que permitan su fácil y completa limpieza, así como su desinfección, no deben transferir olores ni contaminación a los alimentos, además deben ser resistentes a la corrosión y mantenerse en buen estado de conservación. Con respecto al menaje de cocina, así como tablas de picar, ollas, sartenes, fuentes, cucharones, y otros que se emplean en la preparación de alimentos, se limpian, se lavan y desinfectan después de cada uso; de acuerdo con el procedimiento señalado.

La superficie de mesas, mostradores, estanterías, exhibidores y similares, deben ser lisas y mantenerse en buen estado de conservación e higiene.

Los equipos deben ser desmontados para su lavado y desinfección, en la frecuencia y procedimiento indicada en el documento PHS.

En el PHS se debe considerar la renovación, mantenimiento de equipos y utensilios que asegure el buen funcionamiento y condición sanitaria de los mismos.



7.12.2 Disposición de residuos sólidos:

Debe contar con recipientes que permitan identificar el tipo de residuo sólido a desechar, tanto para la recolección como para la disposición de estos. Los residuos sólidos se disponen en recipientes de plástico, en buen estado de conservación e higiene, adecuadamente tapados mediante sistema pedal evitando el contacto con las manos y en su interior llevan una bolsa de plástico para facilitar la evacuación de los residuos. Dichos recipientes deben colocarse en cantidad suficiente en las áreas de preparación de alimentos, almacén y baños, estos se ubican de manera que no contaminan los alimentos. Se debe promover el “Código de colores para el almacenamiento de residuos sólidos”, por lo que se debe contar con una organización del manejo de residuos sólidos con diferentes rotulaciones para identificar el tipo de residuo sólido a desechar.

Recomendaciones

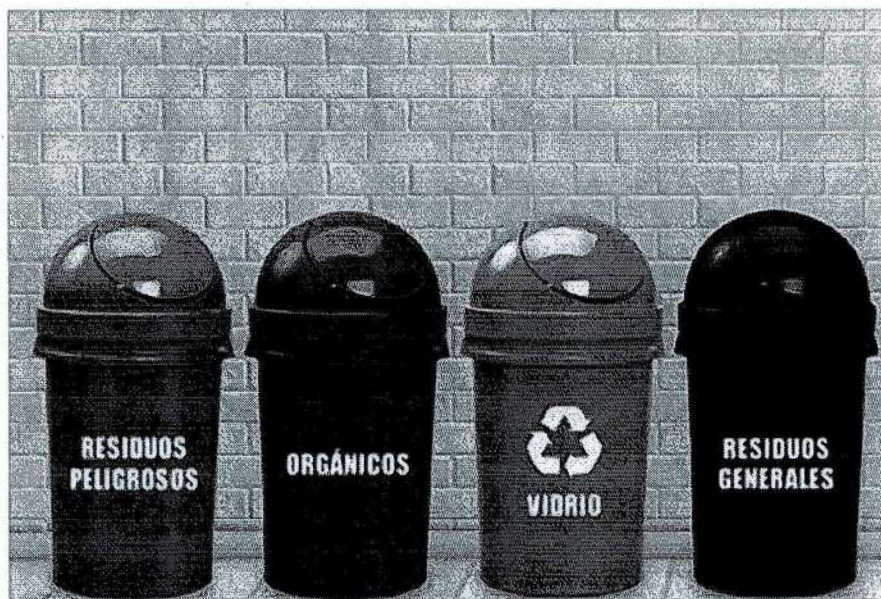
La norma establece el uso de recipientes para el almacenamiento de los residuos sólidos a través de cuatro colores, según el tipo de residuo:

- **Aprovechables** (verde): papel, cartón, vidrio, plástico, textiles, madera, cuero, empaques compuestos y metales (latas, entre otros).
- **No aprovechables** (negro): papel encerado, papel metalizado, cerámicos, colillas de cigarro y residuos sanitarios (papel higiénico, pañales, paños húmedos, entre otros).
- **Orgánicos** (marrón): restos de alimentos, restos de poda y hojarasca.
- **Peligrosos** (rojo): pilas, lámparas y luminarias, medicinas vencidas, empaques de plaguicidas, entre otros.

Además, es necesario enjuagar los envases de residuos aprovechables para garantizar su reutilización.

Para el transporte y manejo de los residuos sólidos ejecutado por las municipalidades o empresas operadoras autorizadas, el traslado debe hacerse siguiendo los protocolos establecidos y con el empleo de vehículos apropiados para facilitar su almacenamiento, valorización, recolección o disposición final.





7.12.3 Prevención y control de vectores:

El PHS debe contemplar medidas para la prevención y control de vectores (insectos, roedores y otras plagas), a fin de minimizar los riesgos para la inocuidad de los alimentos. Las medidas preventivas y de control deben estar descritas, documentadas y supervisadas por el responsable en cumplimiento del PHS.

Queda expresamente prohibida la presencia de cualquier animal en cualquier área donde se manipulan directa o indirectamente alimentos, que impliquen riesgo de contaminación cruzada

El servicio de alimentos debe establecer medidas destinadas a evitar el ingreso de insectos, roedores u otras plagas a las áreas de elaboración; así como, eliminar cualquier foco de contaminación que atraiga plagas al establecimiento.

Las medidas de control, están destinadas a la erradicación de plagas y los métodos de control deben aplicarse de forma inmediata cuando exista evidencias de su presencia. La aplicación de rodenticidas e insecticidas para el control de vectores, debe ser realizada por personal técnico capacitado o servicios autorizados por la Autoridad Sanitaria. Los productos utilizados para el control deben estar autorizados.

Los productos químicos y biológicos deben guardarse bajo estrictas medidas de seguridad, a fin de prevenir cualquier posibilidad de contaminación cruzada hacia los alimentos.

POLICIA NACIONAL DEL PERU
O. ARRIOLA D.
TENIENTE GENERAL PSP
ESTADO MAYOR GENERAL

POLICIA NACIONAL DEL PERU
A. MUÑOZ Y.
GENERAL PSP
SECRETARIA EJECUTIVA

POLICIA NACIONAL DEL PERU
N. CABRERA C.
GENERAL SPMP
DIRECCION DE SANIDAD POLICIAL

POLICIA NACIONAL DEL PERU
J. SERRANO H.
GENERAL SPMP
DIRECCION DE ASESORIA JURIDICA

7.13 BROTE DE INTOXICACIÓN POR ALIMENTOS.

- El responsable legal del servicio de alimentación colectiva ante la ocurrencia de un brote de intoxicación ocasionado por el consumo de sus alimentos, tiene la obligación de dar aviso inmediato a la IPRESS o la Autoridad de Salud Regional de la jurisdicción donde se ubica el servicio de alimentos.
- Se debe llevar el listado de alimentos servidos dentro de las VEINTICUATRO (24) HORAS inmediatas previas a la ocurrencia del brote, y de ser posible mantener en refrigeración bien identificados una porción de los alimentos potencialmente peligrosos que se sirvieron (no de los platos servidos a los clientes).
- Se consideran alimentos potencialmente peligrosos (la lista no tiene carácter taxativo):
- Preparaciones con ingredientes de origen animal crudos o no tratados térmicamente como mayonesas, salsas a base de queso fresco, aves de corral en todas las variedades de preparaciones, entre otros.
- Granos y cereales cocidos que se dejan sin refrigerar para su uso en diversas preparaciones como arroz chaufa, tallarines cocidos, arroces cocinados, papas sancochadas peladas, ensaladas de vegetales con papa, entre otras.
- Preparaciones con alto grado de manipulación como sanguches, bocaditos, bolitas de causa, canapés, ensaladas de frutas o fruta pelada o trozada, y ensaladas de ingredientes varios, entre otras.



VIII. DISPOSICIONES COMPLEMENTARIAS FINALES.

Con relación a la calidad nutricional, sanitaria e inocuidad de la Ración Orgánica Única Diaria (ROUD) que se brinda en las diferentes Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú se establecen las siguientes disposiciones:



8.1. La programación del menú debe realizarse en forma mensual y debe respetar las disposiciones y estructura establecidas en la presente directiva. La programación de menú debe ser respetada y no ser cambiada salvo eventos de fuerza mayor debidamente justificados y coordinados con el comité de ROUD.



8.2. La programación de menú debe ser publicada en el comedor u otro espacio visible a fin de que el personal tome conocimiento de la programación.



8.3. En la programación de menú se debe considerar un menú diferenciado para aquellos comensales que tengan un régimen dietético especial a causa de alguna patología determina, el cual sólo se considera cuando este prescrito por un profesional nutricionista colegiado y habilitado con el sello y firma correspondiente.

- 8.4. El servicio de alimentación colectiva en cualquiera de sus modalidades, debe considerar programar preparaciones que no contengan alimentos que causen hipersensibilidad (alergenos).
- 8.5. Los servicios de alimentación colectiva en cualquiera de sus modalidades, debe contar con asesoramiento obligatorio de un profesional nutricionista del Perú colegiado y habilitado conforme lo establecen las normas para el establecimiento y funcionamiento de servicios de alimentación colectiva.
- 8.6. Todas las Unidades de Organización de la Policía Nacional del Perú deben preparar la ROUD respetando las consideraciones técnicas descritas en la presente directiva en cuanto a actividad física, pudiendo ser esta ligera, moderada e intensa; considerando a las unidades administrativas como actividad física ligera a moderada, incluyendo comisarías, personal de salud, unidades de investigación, entre otros y debe considerar actividad física intensa a las unidades operativas como salvataje, escuelas de formación, unidades de operaciones especiales entre otras.

IX. VIGENCIA.

La presente Directiva entra en vigencia al día siguiente de su publicación en el portal institucional de la Policía Nacional del Perú o en la página web del Sistema Integrado de Gestión de la Carrera Policial.

X. ANEXOS.

Anexo I. Definición de términos (glosario).

Anexo II. Tabla De Dosificación De Alimentos.

Anexo III. Ficha Para Evaluación Sanitaria De Los Servicios De Alimentación.

Anexo IV. Tabla de desinfección de frutas y verduras.



ANEXO I - DEFINICIÓN DE TERMINOS (GLOSARIO)

1. **Actividad física Ligera:** Actividades típicas de la vida diaria (tareas domésticas, caminar hasta el autobús...) + 30 min. (2 veces/semana) de actividad moderadamente activa (ej. caminar 5-7 km/h). Personas que pasan varias horas al día en actividades sedentarias, que no practican regularmente deportes, que usan el coche para los desplazamientos, que pasan la mayor parte del tiempo de ocio viendo la TV, leyendo, usando el ordenador o videojuegos. Ej. Estar sentado o de pie la mayor parte del tiempo, pasear en terreno llano, realizar trabajos ligeros del hogar, jugar a las cartas, coser, cocinar, estudiar, conducir, escribir a máquina, empleados de oficina, etc. (o similares en esfuerzo físico).
2. **Actividad física moderada:** Actividades típicas de la vida diaria (tareas domésticas, caminar hasta el autobús...) + al menos 60 min/día de actividad moderadamente activa (ej. caminar 5-7 km/h) o 20 min/día de actividad vigorosa (ej. ciclismo). Ej.: Pasear a 5 km/h, realizar trabajos pesados de la casa (limpiar cristales, barrer, etc.), carpinteros, obreros de la construcción (excepto trabajos duros), industria química, eléctrica, tareas agrícolas mecanizadas, golf, cuidado de niños, etc. (o similares en esfuerzo físico). Aquellas actividades en las que se desplacen o se manejen objetos de forma moderada.
3. **Actividad física intensa:** Actividades típicas de la vida diaria (tareas domésticas, caminar hasta el autobús...) + al menos 60 min/día de actividad moderadamente activa + 60 min. de actividad vigorosa (ej. ciclismo) y/o 120 min/día de actividad moderada (ej. caminar 5-7 km/h). Personas que diariamente andan largas distancias, usan la bicicleta para desplazarse, desarrollan actividades vigorosas o practican deportes que requieren un alto nivel de esfuerzo durante varias horas. Ej: Tareas agrícolas no mecanizadas, mineros, forestales, cavar, cortar leña, segar a mano, escalar, montañismo, jugar al fútbol, tenis, jogging, bailar, esquiar, etc. (o similares en esfuerzo físico).
4. **Alimentos perecibles.** Son aquellos que tienen una duración corta y se descomponen rápidamente influenciados por diversos factores como la temperatura, humedad y presión a la que son sometidos durante su comercialización, transporte y almacenamiento.
5. **Buenas prácticas de Manipulación (BPM).** Conjunto de medidas de higiene aplicadas en la cadena o proceso de elaboración y distribución de alimentos, destinadas a asegurar su calidad sanitaria e inocuidad. Las BPM se formulan en forma escrita para su aplicación, seguimiento y evaluación en un documento denominado Programa de BPM.
6. **Cadena Alimentaria.** Fases que abarcan los alimentos desde la producción primaria hasta el consumo final. Para efectos de los servicios de alimentación,



la cadena alimentaria incluye las siguientes etapas: adquisición o provisión de insumos (incluye el transporte), recepción, almacenamiento, salida, producción (elaboración o preparación, cocción o retención), servido y consumo. Incluye cualquier etapa intermedia propia o específica de cada servicio de alimentación.

7. **Contaminación Cruzada.** Es la transferencia de contaminantes, en forma directa o indirecta, desde una fuente de contaminación a un alimento. Es directa cuando hay contacto del alimento con la fuente contaminante, y es indirecta cuando la transferencia se da a través del contacto del alimento con vehículos o vectores contaminados como superficies vivas (manos), inertes (utensilios, equipos, etc.), exposición al medio ambiente, insectos y otros vectores, entre otros.
8. **Guarnición:** Elementos que se incorporan a un platillo como adorno o complemento generalmente comestible. Aditamento generalmente de hortalizas, tubérculos, legumbres etc. que se sirve con la carne o el pescado.
9. **Inocuidad de los alimentos.** La garantía de que los alimentos no causan daño al consumidor cuando se preparen y/o consuman de acuerdo con el uso a que se destinan.
10. **Instituciones Prestadoras de Servicio de Salud (IPRESS).** Son los establecimientos públicos, privados o mixtos categorizados y acreditados por la autoridad competente, y registrados en la SUNASA, autorizados para brindar los servicios de salud correspondientes a su nivel de atención (*Artículo 8 de la Ley N° 9344, Ley Marco del Aseguramiento Universal en Salud*).
11. **Calidad Nutricional.** Conjunto de propiedades y características de un alimento o régimen alimentario que puede equiparar a la idea utilitaria de un estándar, a la totalidad de las características que diferencian con otros y sirven para determinar el grado de aceptabilidad por parte del comprador / consumidor.
12. **Calidad Sanitaria.** Es el conjunto de requisitos microbiológicos y fisico-químicos que debe reunir un alimento, que indican que no está alterado (indicadores de alteración) y que ha sido manipulado con higiene (indicadores de higiene).
13. **Energía.** La energía alimentaria proviene fundamentalmente de la oxidación de los hidratos de carbono y de las grasas y en menor proporción de las proteínas. La energía proveniente de los alimentos se expresa en kilocalorías (kcal).
14. **Enranciamiento.** Proceso por el cual un alimento con alto contenido en grasas o aceites se altera con el tiempo adquiriendo un sabor desagradable. Las grasas y aceites en contacto con el aire, humedad y a cierta temperatura (ejemplo: sobre uso de aceites) sufren cambios, con el tiempo, en su naturaleza



química y en sus caracteres organolépticos. Estas alteraciones reciben comúnmente el nombre de rancidez o enranciamiento. El enranciamiento puede ser por oxidación o por hidrólisis. Las grasas que han experimentado oxidación son de sabor y olor desagradable y parecen ser ligeramente tóxicas para el ser humano.

15. **Gramaje.** Es la cantidad de materia prima, el peso, que contiene cada plato. Es importante conocer estas cantidades para poder calcular los alimentos que hay que adquirir y las cantidades que hay que cocinar.
16. **Hematoma.** Acumulación de sangre, en su mayor parte coagulada, en un órgano, tejido o espacio del cuerpo. En las carnes, los hematomas son la principal causa de pérdida de calidad de la carne. La mayoría se producen por golpes al amontonarse los animales durante la captura.
17. **Macronutrientes.** Son los nutrientes que se encuentran en mayor cantidad en los alimentos y que aportan más energía al organismo. Los principales son los hidratos de carbono, las grasas y las proteínas.
18. **Magro.** Es la porción de la carne que no tiene grasa, es decir que contiene músculo en su mayor parte.
19. **Menú balanceado.** Conjunto de alimentos y/o preparaciones consideradas en un tiempo de comida. Estos deben incluir alimentos de cada grupo en una proporción adecuada. Así, un menú balanceado está destinado a una alimentación adecuada y muy equilibrada entre los tres grupos de alimentos; y debe estar distribuida de la siguiente manera (o muy cercana) en cada tiempo de alimentación principal: Hidratos de Carbono de un 55 a un 60%. Proteínas de un 12 a un 15%. Lípidos de un 25 a un 30%.
20. **Nivel de actividad Física.** Es la intensidad de esfuerzo requerido para un ejercicio o actividad física, o la velocidad a la que se realiza. Se puede hablar de tres tipos (leve, moderada e intensa) de acuerdo a escalas de medición o la percepción de cada individuo.
21. **Nutrientes.** Sustancias químicas contenidas en los alimentos que se necesitan para el funcionamiento normal del organismo. Los seis principales tipos de nutrientes son: proteínas, hidratos de carbono, grasas, minerales, vitaminas y agua.
22. **Peso promedio Saludable.** Es aquel que nos permite mantenernos en un buen estado de salud y calidad de vida. También entendido como los valores de peso, dentro de los cuales, no existe riesgo para la salud de la persona. Para saber si el peso es saludable, se determina el Índice de masa corporal (IMC), considerando para este documento el IMC saludable de 22 kg/m².



- 23. Principios Generales de Higiene.** Conjunto de medidas esenciales de higiene aplicadas a lo largo de la cadena alimentaria, a fin de lograr que los alimentos sean inocuos y aptos para el consumo humano. Considera la aplicación de las BPM y del PHS.
- 24. Proceso Técnico.** Comprende una serie de procedimientos o tareas sistematizadas y organizadas en el tiempo, por etapas sucesivas, que son necesarias para la elaboración de un bien, producto o servicio.
- 25. Programa de Higiene y Saneamiento (PHS).** Conjunto de procedimientos de limpieza y desinfección, aplicados a infraestructura, ambientes, equipos, utensilios, superficies, con el propósito de eliminar tierra, residuos de alimentos, suciedad, grasa, otras materias objetables, así como reducir considerablemente la carga microbiana y peligros, que impliquen riesgo de contaminación para los alimentos. Incluye contar con las medidas para un correcto saneamiento de servicios básicos (agua, desagüe, residuos sólidos) y para la prevención y control de vectores. Se formulan en forma escrita para su aplicación, seguimiento y evaluación en un documento denominado Programa de Higiene y Saneamiento ((PHS).
- 26. Ración Orgánica Única (ROUD).** Consiste en una dieta balanceada (desayuno y almuerzo o cena en el caso de concesión y desayuno, almuerzo y cena para la administración directa y en el caso de procedimiento de selección solo almuerzo) que percibe al Personal de la PNP, Cadetes y Alumnos de las Escuelas de Formación Profesional Policial.
- 27. Rastreabilidad / rastreo de los productos:** es la capacidad para establecer el desplazamiento que ha seguido un alimento a través de una o varias etapas especificadas de su producción, transformación y distribución. (*Codex Alimentarius CAC/GL 60-2006*).
- 28. Requerimiento nutricional.** Cantidad mínima de energía y de nutrientes biodisponibles en los alimentos que un individuo sano necesita para asegurar su integridad y el buen funcionamiento del organismo.
- 29. Servicio de Alimentación Colectiva.** Son todos aquellos que elaboran y/o distribuyen alimentos elaborados culinariamente destinados al consumo de una población específica, pudiendo pertenecer a una institución o prestar servicio de tercera parte.
- 30. Vigilancia Sanitaria.** Conjunto de actividades de observación, evaluación y medición de parámetros de control, que realiza la autoridad sanitaria competente sobre las condiciones sanitarias de elaboración, distribución y expendio de alimentos en protección de la salud de los consumidores.



ANEXO II - TABLA DE DOSIFICACIÓN DE ALIMENTOS

ALIMENTOS	PESO POR RACIÓN (g o cc)		ALIMENTOS	PESO POR RACIÓN (g o cc)	
	Peso Bruto	Peso Neto		Peso Bruto	Peso Neto
GRANOS Y DERIVADOS			VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS		
ARROZ			AJÍ AMARILLO		
en sopas	20	20	en zarsa criolla	12	9
en aguadito	25	25	en escabeche, papa rellena, seco y en guiso, tamal	10	7
graneado (complemento)	100	100	en sopa	2	1.5
en postre (zambito, arroz con leche)	30	30	en huancaína	15	11
en arroz con pollo, chanchó o pato	130	130	AJÍ PANCA		
AVENA			en aderezo de guisos	1.5	1
en desayuno	30	30	AJO		
en desayuno con maca, soya, quinua	15	15	en aderezo, guisos, en papa rellena y puré	1.5	1.3
en sopas	15	15	en tallarines al pesto y ají de pollo	5	4
en postres	25	25	ALBAHACA		
CEBADA (MORÓN AMERICANO)			en sopa menestrón, en tallarín verde	20	14
en sopas	20	20	en sopas	10	7
CEBADA TOSTADA			APIO		
en refresco	10	10	en sopa de verduras, picado tallo y hojas	25	15
FIDEO SURTIDO			en ensalada mixta, picado con tallo y hojas	30	18
en arroz arabe (cabello de ángel)	10	10	en sopa de verduras (hojas)	25	15
en sopas	20	20	BROCOLI		
FIDEO TALLARIN			en guisos	200	160
en sopas	20	20	en ensalada	50	40
en fideos tallarín rojo, verde y saltado	120	120	CAJUGA CRIOLLA		
GALLETAS DE SODA			en guisos	150	145
en huancaína, ocopa, crema de rocoto	10	10	rellena	150	145
MAÍZ, CHOCCLO			en ensalada	50	40
en ensaladas, en sopa o chupe	0.25	45	CALABAZA		
en guiso y en pepian	0.5	90	en postres	120	70
MAÍZ, FÉCULA (MAICENA)			CEBOLLA CHINA		
en guisos, sopas	5	5	en sopas	1.3	1
en mazamoras	15	15	en tallarín saltado, en arroz chaufa	2.5	2
MAÍZ, HARINA PARA APANAR			CEBOLLA DE CABEZA		
en frituras	15	15	en aderezo de sopa	35	10
MAÍZ, MOTE PELADO			en ensaladas, tallarín y ají de gallina, asado	50	35
en sopa	35	35	en aderezo, guisos, hamburguesas, papa rellena,	40	30
en guranción con otra guranción	40	40	en sudado o escabeche	100	70
en guranción solo	60	60	en saltado	70	50
MAÍZ, POLENTA			en salsa criolla, ensalada	50	35
en sopas	15	15	CEDRON		
en pures	25	25	en infusión	2	2
en guisos	30	30	COL CRESPA (REPOLLO)		
MAÍZ MORADO SECO			en sopas	25	20
en refresco	40	40	en ensalada	50	40
en postre	30	30	en saltado	100	80
PAN FRANCÉS			COL CHINA		
en desayuno	30	30	en sopas	40	25
en ají de gallina	30	30	COLANTAO		
en budín	20	20	en guisos	25	20
PAN INTEGRAL			en ensalada	35	28
en desayuno	30	30	COLIFLOR		
en budín	20	20	en saltado o arrebozado	200	160
PAN TOSTADA			en ensalada	50	30
en desayuno 01 unidad	15	15	CULANTRO		
QUINUA			en arroz con carne o pollo	22	11
en desayuno	25	25	en seco de carne	17	8
en desayuno con avena	13	13	en aguadito	5	3
en pures, ensalada	40	40	en sopas	2	1
en sopas o postres	30	30	en guisos	7	4
en guisos con arroz con papa picada	45	45	ESPINACA		
en guisos sin arroz con papa picada	60	60	en sopa	30	20
en chaufa	100	100	en arroz con pollo, tallarín verde	50	30
TRIGO			en ensalada	50	30
en sopas o postres	30	30	FREJOLITO CHINO		
en guisos con arroz	60	60	en guisos, en sopa	25	25
en guisos sin arroz	90	90	en ensalada	40	40
TRIGO, HARINA SIN PREPARAR			HIERBA LUISA		
en postre	20	20	en infusión	2	2
TRIGO, SÉMOLA			HIERBABUENA		
en pures	30	30	en zarsa criolla	4	3
en desayuno, sopas	25	25			





TABLA DE DOSIFICACION DE ALIMENTOS

ALIMENTOS	PESO POR RACION (g o cc)		ALIMENTOS	PESO POR RACION (g o cc)	
	Peso Bruto	Peso Neto		Peso Bruto	Peso Neto
HUACATAY			FRESA		
en salsa ocopa	10	6	en jugo	130	100
en guisos o chupe	5	3	en frefresco	30	20
LECHUGA			como postre	100	84
en ensalada	50	40	GRANADILLA		
MANZANILLA			como postre	150	80
en infusion	3	3	GUINDÓN		
NABO			en mazamorra morada	10	8
en sopas	20	14	en mazamorra de guindones	30	24
en guisos o ensaladas	50	35	HIGO SECO		
ORÉGANO			en postre higo en almibar	40	40
en sopas	0.1	0.1	en mazamorra de frutos secos	20	20
en aderezo para guisos	0.1	0.1	LIMÓN		
PAICO			en ensalda	20	10
en sopa verde	5	5	en refresco limonada	20	10
PEPINILLO			en chicha morada	10	3
en ensalada	70	50	en ceviche	70	30
PEREJIL			MANZANA		
en aderezo para guisos, sopas	2	1	como postre (de llevar)	250	230
PIMIENTO MORON			MANZANA CORRIENTE		
en ensalda	40	30	en desayuno	30	22
en pures, chaufa	30	22	en postre (mazamorra)	40	30
en guisos, sopas	20	14	MANDARINA		
PORO FRESCO			como postre	200	150
en sopas	30	20	MANGO		
RABANITO			como postre	220	170
en ensalada	50	40	MARACUYÁ		
ROCOTO			en refresco	40	16
en ajies	3.5	2	en guiso	25	5
en crema de rocoto	5	4	en postre	50	20
RUDA			MELÓN		
en sopa verde	5	5	en jugo	450	225
TOMATE			como postre	330	175
en ensalada y tallarin rojo, lomo	50	40	MEMBRILLO		
en sopa	5	4	en desayuno, refresco	35	25
en guisos	40	34	en postre mazamorra	50	40
VAINITA			NARANJA DE MESA		
en ensalada	40	30	como postre (de llevar)	250	180
en sopa	20	15	NARANJA TANGELO		
en saltados	100	95	en mazamorra, refresco	100	40
ZANAHORIA			como postre	250	200
en ensaladas	40	30	para pollo a la naranja	150	65
pure	100	85	para chicha morada	10	8
en guisos, sopas	30	22	en jugo	600	250
ZAPALLO MACRE			NARANJA WASHINGTON		
en sopas	30	18	como postre	250	200
en cremas	150	90	PALTA FUERTE		
en pures,	200	120	en desayuno, en palta rellena	125	100
en guisos	200	120	en ensalada mixta	65	50
ZAPALLO ITALIANO			PAPAYA		
en ensalada	50	35	en jugo	450	250
en guisos	200	150	como postre	330	200
FRUTAS Y DERIVADOS			PASA		
ACEITUNA DE BOTIJA			en guisos	7	7
en pan	20	16	en papa rellena	5	5
en arroz al olivo	15	12	en postre, mazamorra	10	10
en escabeche	5	4	PERA DE AGUA		
en papa a la huancaína u ocopa	5	4	como postre	200	190
en guisos, en purés	5	4	en mazamorra	80	70
CARAMBOLA			PEPINO DULCE		
en refresco	35	30	como postre	200	190
COCO RALLADO			PINA		
en arroz con leche	1.5	1.5	en desayuno, refresco	80	40
COCONA			en desayuno con durazno	40	20
En refresco	35	30	en jugo	350	175
DURAZNO			para chicha morada	35	17
como postre	120	110	en mazamorra	150	75
en mazamorra	50	45	como postre	300	150



TABLA DE DOSIFICACION DE ALIMENTOS

ALIMENTOS	PESO POR RACION (g o cc)	
	Peso Bruto	Peso Neto
PLÁTANO BELLACO		
con arroz	130	88
sin arroz	260	177
en mazamorra, en sopas	34	23
PLÁTANO ISLA		
postre	200	150
PLÁTANO DE SEDA		
en desayuno	40	10
como postre	200	150
SANDÍA		
como postre	350	200
TUNA		
postre	180	130
UVA		
como postre	150	140
GRASAS, ACEITES Y OLEAGINOSAS		
ACEITE DE AJONJOLI		
en chaufa,	0.05	0.05
ACEITE DE OLIVA		
en ensaladas	5	5
ACEITE VEGETAL		
en aderezo de arroz	5	5
para tallarines aderezo y fideos	10	10
en ensaladas	3	3
en frituras	60	60
en aderezo de guisos, causa	3	3
en mayonesa	15	15
en papa a la huancaína, ocopa, crema rocoto	5	5
en sopas	2	2
en salsa criolla y vinagreta	3	3
en encebollado	5	5
para tamal	20	20
CACAO EN PASTA		
en desayuno con avena, en chocolatada	10	10
LINAZA		
en desayuno	0.7	0.7
en refresco	1.5	1.5
MANÍ ENTERO		
en pollo al maní	13	12
en ocopa	5	4
MANTEQUILLA		
en desayuno	5	5
en guisos, pure	2	5
PESCADOS Y MARISCOS		
MARISCOS		
en pescado a lo macho	40	40
PESCADO FRESCO		
en sopa	50	50
en sudado, frito	200	200
trucha	200	200
PESCADO ATÚN, EN CONSERVA		
en pan	60	60
en sopas	40	40
en salpicon o causa	60	60
en guisos o saltados	80	80
CARNES Y DERIVADOS		
CERDO		
adobo	200	200
chicharrón	250	250
GALLINA		
en sopa	250	150
HOT DOG		
en arroz chaufa	50	50
PAVITA		
en ración-chuleta	250	180
pulpa para picados	180	160

ALIMENTOS	PESO POR RACION (g o cc)	
	Peso Bruto	Peso Neto
POLLO		
en guisos o arroz con pollo con hueso	250	200
pulpa(pechos) para pollo a la plancha, almuerzo, ce	220	200
pulpa(pechos) para picados como saltado o chaufa	120	100
pollo para sopa, tamal	40	25
en causa	50	30
pulpa pechos para desayuno	60	60
en aji de gallina	100	80
RES, ASADO		
en guiso	150	150
en asado para desayuno	100	100
RES, BISTEC		
en sopas	40	40
en saltado, molido	100	100
en bistec, asado	150	150
RES, MONGONDO		
en sopa	50	35
en mondongo a la italiana/caucau	150	110
TOCINO		
en menestras	10	10
en arroz con aceituna, mechado	10	10
LECHE Y DERIVADOS		
LECHE CONDENSADA		
en postre	5	5
en arroz con leche	10	10
LECHE EVAPORADA ENTERA		
en el desayuno	125	125
en sopas o aji de gallina, soufflé	30	30
en purés o postres	40	40
en pescado a lo macho	5	5
en preparación de papa a la huancaína	25	25
LECHE EVAPORADA SIN LACTOSA, DESCREMADA		
en el desayuno	125	125
en sopas o aji de gallina, soufflé	30	30
en purés o postres	40	40
QUESO EDAM		
en desayuno	20	20
QUESO FRESCO		
en desayuno	50	50
en sopas	20	20
en guisos	35	35
en salsa para tallarin verde	15	15
en salsa para papa huancaína, ocopa, ensalada	25	25
QUESO LIGHT		
en desayuno	50	50
HUEVOS Y DERIVADOS		
HUEVO		
en sopas	15	13
en mayonesa, arrebozado	10	8
en tortilla	65	55
frito o sancochado	65	55
en arroz chaufa	30	25
en pastel, soufflé	30	25
PRODUCTOS Y DERIVADOS		
AZUCAR		
en desayuno	10	10
en refresco	10	10
en postre como arroz con leche y mazamorra mora	15	15
en dulce de camote, dulce de higos, compota de fru	15	15
CHANCACA		
en arroz zambito	5	5
en mazamorra con harina de trigo	5	5
en miel para picarones	10	10
FLAN		
en postres	25	25
GELATINA		
en refresco	20	20
en postre	35	35
MERMELADA		
en desayuno	15	15



TABLA DE DOSIFICACION DE ALIMENTOS

ALIMENTOS	PESO POR RACION (g o cc)	
	Peso Bruto	Peso Neto
MISCELANEOS		
ANIS		
en soya, para choclo sancocado	0.5	0.5
infusión	1	1
CAFÉ PARA PASAR		
en desayuno	4	4
CANELA ENTERA		
en desayuno	0.3	0.3
en postres	0.3	0.3
CHAMPIÑON		
en guiso	25	25
CLAVO DE OLOR		
en desayuno	0.3	0.3
en postres	0.3	0.3
COCOA		
en desayuno	1	1
COLA DE CABALLO		
en infusión	2	2
COMINO MOLIDO		
en aderezo de guisos, frituras	0.2	0.2
CURRY		
en aderezo de guisos	0.1	
GLUTAMATO MONOSODICO		
en sopa	0.2	0.2
en aderezo para guisos	0.3	0.3
HONGOS SECOS		
en aderezo para guisos	1	1
en tallarin rojo	1.2	1.2
KION		
en sopas	0.5	0.4
en aderezo para guisos	0.5	0.4
KETCHUP		
en huevos a la rusa	5	5
LAUREL SECO		
en tallarin rojo	0.1	0.1
en aderezo para guisos	0.1	0.1
MOSTAZA		
en guisos	5	5
PALILLO MOLIDO (AZAFRÁN)		
en aderezo para guisos	0.1	0.1
PASTA DE TOMATE		
en aderezo para guisos	15	15
en sopa a la minuta	3	3
en tallarin rojo	25	25
PIMIENTA MOLIDA		
en aderezo para guisos	0.1	0.1
PIMIENTO MOLIDO		
en aderezo para guisos	0.1	0.1
SAL		
en aderezo para guisos, sopas, ensaladas, pures	1.5	1.5
SALSA DE OSTIÓN		
en aderezo para guisos	7	7
SILLAO		
en aderezo para guisos	6	6
TE		
en infusión	0.2	0.2
VAINILLA		
en desayuno	0.2	0.2
en postres	0.3	0.2
VINAGRE		
en aderezo para guisos	1.5	1.5
LEGUMINOSAS Y DERIVADOS		
ARVERJA VERDE		
en guisos o en arroz	30	15
en cau cau o agudito	30	15
en ensalada rusa	50	25
ARVERJA VERDE PARTIDA		
en guarnición	80	80

ALIMENTOS	PESO POR RACION (g o cc)	
	Peso Bruto	Peso Neto
FREJOL CANARIO		
en guarnición	80	80
en sopas	25	25
FREJOL VERDE		
en guisos	130	65
en ensalda	50	25
GARBANZO		
en sopas o ensaladas	25	25
en guarnición	80	80
HABA FRESCA		
en sopas	40	20
en ensalada	70	35
en pachamanca sin arroz	100	50
LENTEJA		
en sopas	30	30
en ensaladas	40	40
en guarnición	70	70
PALLAR		
en sopas	30	30
en ensaladas	40	40
en guarnición	80	80
SOYA		
en desayuno	25	25
en desayuno con avena	15	15
TUBERCULOS, RAICES Y DERIVADOS		
BETARRAGA		
en ensalada rusa	50	40
en ensalada	50	40
CAMOTE AMARILLO		
en guisos con arroz	150	130
en guisos sin arroz, pachamanca	180	150
en pures	100	75
en dulce de camote	130	105
MACA PURA EN POLVO		
en desayuno	15	15
OLLUCO		
en sopas	50	50
en guisos	200	200
PAPA AMARILLA		
en sopas	50	40
en guarnición	150	130
en causa o papa rellena	250	220
en pures	180	155
PAPA BLANCA		
en sopa crema, aji de gallina, estofado, acompañar	150	130
en ensalada mixta	80	65
en causa o papa rellena	300	260
en saltado con carne o menudencia, puré de verdur	220	185
en ajiaco, cau-cau o locro	180	150
en cazuela, agudito o sancocado	80	70
en puré solo o fritura	250	220
PAPA, HARINA (CHUÑO)		
en guisos	3	3
en sopa	10	10
con quinua con manzana, piña,	8	8
en mazamorras	15	15
PAPA SECA AMARILLA		
en carapulca (con arroz)	50	50
en carapulca (sin arroz)	70	70
YUCA AMARILLA		
en guarnición	180	150
en sopa	40	28
en pures	150	130





ANEXO III - FICHA PARA EVALUACIÓN SANITARIA DE LOS SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN.

	VALOR O PUNTAJE	V1	V2	V3	V4
ASPECTOS A EVALUAR					
Si cumple con el aspecto evaluado se le consigna la totalidad del valor					
Si no cumple, se le consigna valor cero (0), No consignar valores intermedios					
DE LA UBICACIÓN Y ESTRUCTURA FISICA					
1. Ubicado lejos de contaminación y zonas con malos olores.	2				
2. Exclusividad de los ambientes destinados a los alimentos	4				
3. Ambientes limpios, bien iluminados y ventilados	2				
4. Paredes, techos y pisos de materiales fáciles de higienizar y limpios	2				
5. Mobiliario de material resistente, en buen estado de conservación y limpieza	2				
SUB TOTAL I:	12				
6. Abastecimiento suficiente de agua segura.	4				
7. Eliminación adecuada de aguas residuales	4				
8. Basura bien dispuesta (tacho con bolsa interior y tapa) de eliminación diaria	4				
9. SS.HH. Bien ubicados, limpios, operativos y con implementos para el lavado de manos (agua potable, jabón y escobilla para uñas)	4				
10. Ausencia de insectos de indicios de roedores y de otros animales.	4				
SUB TOTAL II:	20				
DE LOS PRINCIPIOS GENERALES DE HIGIENE (PGH)					
BPM EN EL PROCESO DE ELABORACION DE ALIMENTOS					
RECEPCION					
11. Alimentos de proveedores autorizados	4				
12. Medio de transporte cerrado, limpio y exclusivo para alimentos	4				
13. Productos frescos con características de calidad (organolépticas)	4				
14. Alimentos perecibles que mantienen la cadena de frío.	4				
15. Productos envasados con registro sanitario y normas de rotulado.	4				
16. Inspección sanitaria de alimentos por personal calificado.	2				
ALMACENAMIENTO					
17. Ambiente limpio, seco, ventilado e iluminado	4				
18. Alimentos secos sobre tarimas o similares.	4				
19. Aplica cadena de frío en conservación de alimentos perecibles.	4				
20. Aplica principio de rotación de stock (PEPS primero en entrar, primero en salir)	4				
PREPARACION					
21. Ambiente de cocina limpia y desinfectada	2				
22. Agua segura para preparar alimentos (cloro residual 0.5 ppm)	4				



SERVIDO DE LOS ALIMENTOS				
28.El menaje, vajilla, cubiertos, vasos, deben estar en buen estado de conservación e higiene, los de material de vidrio o similares, deben esta íntegros	2			
29.El mobiliario y mantelería deben estar en buen estado de conservación e higiene	2			
TRANSPORTE DE ALIMENTOS AL LUGAR DE CONSUMO (de corresponder)				
30.El vehículo debe ser de uso exclusivo para transportar alimentos y debe estar higienizado antes de transportar los alimentos.	4			
31. Los procesos frecuencias y responsables de la limpieza, higiene y desinfección de los vehículos deben contemplarse en el programa de higiene y saneamiento del servicio de alimentación (constatar con su manual de PHS)	2			
DE LOS MANIPULADORES				
32.Ausencia de signos de enfermedad (heridas, tos, estornudos)	4			
33. Usan uniforme: mandil, gorro (que cubra todo el cabello) de color claro y limpio	2			
34. Manos limpias sin joyas, uñas limpias, cortas y sin esmalte.	4			
35. Aplican principios de higiene en la manipulación de alimentos.	4			
36.Reciben capacitaciones continuas (al menos una vez al año)	4			
SUB TOTAL III:	92			
PROGRAMA DE HIGIENE Y SANEAMIENTO (PHS)				
Prácticas de limpieza y desinfección				
37. Equipos de material inocuo, desmontable, limpios y desinfectados.	2			
38. Ambiente para utensilios de distribución de alimentos limpios y de uso exclusivo.	2			
39. Mobiliario y utensilios	2			
40.El PHS debe considerar la renovación, mantenimiento de equipos y utensilios que asegure el buen funcionamiento y condición sanitaria de los mismos (evidenciar en el manual)	4			
PREVENCIÓN Y CONTROL DE VECTORES				
41. El PHS, contempla medidas preventivas y de control, descritas, documentadas y supervisadas por el responsable de esta actividad.	2			
42.El establecimiento cuenta con medidas destinadas a evitar el ingreso de insectos, roedores u otras plagas a las áreas de elaboración.	2			
43.Los productos químicos y biológicos se guardan bajo estrictas medidas de seguridad.	2			
SUB TOTAL IV:	16			
TOTAL GENERAL:	140			
PUNTAJE ACUMULADO: TOTAL I + TOTAL II + TOTAL III+ TOTAL IV				
<50% = DE 0 A 69 PUNTOS	NO ACEPTABLE	ROJO	CALIFICACIÓN	
50% A 75%= DE 70 A 100 PUNTOS	REGULAR	AMARILLO	COLOR DISTINTIVO	
>75% = DE 100 A 140 PUNTOS	ACEPTABLE	VERDE	FECHA DE VISITA	



ANEXO IV – TABLA DE DESINFECCIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS.

DESINFECCIÓN DE FRUTAS Y VERDURAS						
PRODUCTO DESINFECTANTE: HIPOCLORITO DE SODIO 4%						
USOS	DOSIFICACIÓN	PPM	TIEMPO DE CONTACTO	FRECUENCIA	RESPONSABLE	PROCEDIMIENTO
Frutas (fresas, uvas, entre otros, cuyo consumo es directo, inclusive con cáscara) y Hortalizas	1.25 ml/1 litro de agua	50 ppm	5 minutos	Antes de su consumo	Personal de cocina	<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar, verificar el buen estado. • Realizar el lavado a chorro con agua potable, retirando todo polvo y suciedad. • Preparar la solución desinfectante y colocar las frutas y hortalizas por inmersión durante 5 minutos. • Desechar el agua. • Enjuagar con agua potable. • Dejar escurrir.
Las superficies vivas como los frutos, las hortalizas, los tubérculos, entre otros, cuyas cáscaras suelen estar con tierra y son consumidas sin cáscara, pueden no requerir una desinfección si están adecuadamente lavados.						

