

**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA**

**EVALUACIÓN TEMA 8
SEPTIEMBRE 2016**

LONCHERA SALUDABLE	
1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?	a) Papas, refrescos y golosinas b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías
2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?	a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos
3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?	a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces
4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?	a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras
5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?	a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito c) Consejo práctico

Gabriela Vallejo G.
APLICO

Alma Jazmin Teniquez Estrella
VALIDO

Eligio Fuentes S.
FIRMA DEL BENEFICIARIO



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA

EVALUACIÓN TEMA 8
SEPTIEMBRE 2016

LONCHERA SALUDABLE	
1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?	a) Papas, refrescos y golosinas <input checked="" type="checkbox"/> b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías
2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?	<input checked="" type="checkbox"/> a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos
3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?	a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados <input checked="" type="checkbox"/> c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces
4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?	a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros <input checked="" type="checkbox"/> b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras
5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?	a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito <input checked="" type="checkbox"/> c) Consejo práctico

Gabriela Vallejo G.
APLICO

Alma Jazmin Terrero Estrella
VALIDO

Moises Sepulveda
FIRMA DEL BENEFICIARIO



**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA**

EVALUACIÓN TEMA 8

SEPTIEMBRE 2016

LONGCHERA SALUDABLE

<p>1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?</p>	<p>a) Papas, refrescos y golosinas <input checked="" type="radio"/> b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías</p>
<p>2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?</p>	<p><input checked="" type="radio"/> a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos</p>
<p>3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?</p>	<p>a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados <input checked="" type="radio"/> c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces</p>
<p>4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?</p>	<p>a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros <input checked="" type="radio"/> b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras</p>
<p>5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?</p>	<p>a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito <input checked="" type="radio"/> c) Consejo práctico</p>

Gabriela Valljo G.
APLICO

Alma Jordin Terrizquez Estrella
VALIDO

Cecilia Zapada M.
FIRMA DEL BENEFICIARIO



**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA**

**EVALUACIÓN TEMA 8
SEPTIEMBRE 2016**

LONCHERA SALUDABLE	
1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?	a) Papas, refrescos y golosinas <input checked="" type="radio"/> b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías
2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?	<input checked="" type="radio"/> a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos
3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?	a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados <input checked="" type="radio"/> c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces
4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?	a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros <input checked="" type="radio"/> b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras
5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?	a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito <input checked="" type="radio"/> c) Consejo práctico

Gabriela Vallejo G.
APLICO

Alma Jaramin Terriquez Estrella
VALIDO

[Firma]
FIRMA DEL BENEFICIARIO



SELO DIF MUNICIPAL

DIF
ATENGO

Av. Alcalde No. 1095, Atengo, Jalisco, C.P. 44270
 Guadalajara, Jalisco
 +01 (33) 3030-3000 / 3000 343
 SISTEMA DIF MUNICIPAL
 sistemadif.jalisco.gob.mx
ATENGO, JALISCO.



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA
EVALUACIÓN TEMA 8
SEPTIEMBRE 2016

LONCHERA SALUDABLE	
1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?	a) Papas, refrescos y golosinas <input checked="" type="radio"/> b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías
2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?	<input checked="" type="radio"/> a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos
3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?	a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados <input checked="" type="radio"/> c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces
4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?	<input checked="" type="radio"/> a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros <input checked="" type="radio"/> b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras
5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?	a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito <input checked="" type="radio"/> c) Consejo práctico

Gabriela Walljas
APLICO

Alma Larain Teniquez Estrella
VALIDO

Maria Victoria Zaccarias L.
FIRMA DEL BENEFICIARIO



PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA

EVALUACIÓN TEMA 8

SEPTIEMBRE 2016

LONCHERA SALUDABLE

<p>1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?</p>	<p>a) Papas, refrescos y golosinas <input checked="" type="checkbox"/> b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías</p>
<p>2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?</p>	<p><input checked="" type="checkbox"/> a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos</p>
<p>3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?</p>	<p>a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados <input checked="" type="checkbox"/> c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces</p>
<p>4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?</p>	<p>a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros <input checked="" type="checkbox"/> b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras</p>
<p>5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?</p>	<p>a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito <input checked="" type="checkbox"/> c) Consejo práctico</p>

Gabriela Vallejo G.
APLICO

Alma Juvenal Terán Estrella
VALIDO

Myriam Uribe G.
FIRMA DEL BENEFICIARIO



**PROGRAMA DE AYUDA ALIMENTARIA DIRECTA
ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN ALIMENTARIA**

**EVALUACIÓN TEMA 8
SEPTIEMBRE 2016**

LONCHERA SALUDABLE	
1.- ¿Qué tipos de alimentos debe de contener la lonchera?	a) Papas, refrescos y golosinas <input checked="" type="radio"/> b) Energéticos, formadores y reguladores c) Alimentos con altas calorías
2.- ¿Qué alimentos se deben de tener en casa para preparar lonches?	<input checked="" type="radio"/> a) Productos bajos en grasa, leguminosas cocidas, frutas y vegetales frescos b) Embutidos y enlatados c) Harinas y pastelillos
3.- ¿Qué debemos de evitar en las loncheras?	a) Frutas y verduras b) Complicados y condimentados <input checked="" type="radio"/> c) Bebidas artificiales, embutidos y dulces
4.- ¿Beneficios que brinda la lonchera saludable?	a) Si ya que los alimentos que la componen suelen ser caros <input checked="" type="radio"/> b) Satisfacen parte de sus necesidades energéticas y de nutrientes, establece adecuados hábitos alimenticios. c) Siempre son muy caras
5.- ¿Ser creativo a la hora de preparar los alimentos es un?	a) Buen crecimiento y desarrollo y estar sanos b) Mal hábito <input checked="" type="radio"/> c) Consejo práctico

Gabriela Vallejos
APLICO

Alma Jarama Terriza Estrella
VALIDO

Maria Guadalupe
FIRMA DEL BENEFICIARIO



