

3. **Paquetes alimentarios de contingencia:** aporta el 40% del requerimiento de energía y nutrientes de acuerdo con las 'Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes para la población colombiana' – RIEN, Resolución 3803 de 2016, del Ministerio de Salud y Protección Social.

Grupo de alimentos	Alimento	Cantidad
Cereales, Raíces, Tubérculos, Plátanos y Derivados	Arroz Blanco	1000 g
	Pastas (Espaguetis)	500 g
	Avena En Hojuelas	500 g
	Papa Sabanera o Pastusa	1000 g
	Papa Criolla	500
	Plátano Hartón Maduro	1000 g
Frutas Y Verduras	Zanahoria	600 g
	Tomate Milano	600 g
	Pepino Cohombro	600 g
	Cebolla Cabezona Blanca	500 g
	Habichuela	600 g
	Fruta De Cosecha 1	600-900 g
	Fruta De Cosecha 2	600-900 g
	Fruta De Cosecha 3	600-900 g
Fruta De Cosecha 4	600-900 g	
Carnes, Huevos, Leguminosas Secas	Huevo Gallina Tipo A	30 unidades
	Lenteja	500 g
	Frijol Cargamanto	500 g
Leche Y Productos Lácteos	Leche De Vaca En Polvo Entera	3 bolsas de 380g
Grasas	Aceite De Soya	500 cc
Azúcares	Panela	500

Nota: Los alimentos establecidos pueden variar de acuerdo a la disponibilidad de los mismos en el mercado, por lo que se pueden presentar intercambios, estos intercambios deben ser solicitados directamente a las profesionales de nutrición de la Subdirección de Nutrición.