

GESTIÓN ALIMENTARIA. Establecimientos de venta de alimentos no envasados. Procesos de incorporación de la información nutricional brindada a los consumidores

FOOD MANAGEMENT. Unpackaged food sales establishments. Incorporation processes of nutritional information provided to consumers.

2018-15-06
1ª Edición

“Este documento se encuentra en etapa de estudio, sujeto a posible cambio. No debe ser usado como Norma Técnica Peruana.”

Precio basado en 10 páginas

ESTA NORMA ES RECOMENDABLE

Descriptor: Gestión alimentaria, información nutricional, kilocalorías, alimentos no envasados

ÍNDICE

	Página
ÍNDICE	i
PRÓLOGO	ii
1 Objeto y campo de aplicación	1
2 Referencias normativas	1
3 Definiciones	2
4 Procesos de incorporación de la información nutricional brindada a los consumidores	4
5 Sistema gráfico de representación nutricional	7
6 Anexo A (Informativo) Tablas Nutricionales implementadas por Centro Nacional de Alimentación y Nutrición Instituto Nacional de Salud en 2017	9
7 Anexo B (Instructivo) Cálculo de kilocalorías y su procedencia paso a paso	10
8 Anexo C (Instructivo) Cálculo de kilocalorías y su procedencia usando la hoja de cálculo EXCEL	12
9 Anexo D (Instructivo) Cómo realizar la ficha técnica de un alimento no envasado	13
10 Bibliografía	14

PRÓLOGO

A. RESEÑA HISTÓRICA

A.1 El presente Proyecto de Norma Técnica Peruana fue elaborado por el Equipo Committed to Society, del COAR Lambayeque mediante el Sistema 2 u ordinario, durante los meses de Abril a Junio de 2018, siendo aprobado como Proyecto de Norma Técnica Peruana, el 15 de junio de 2018.

A.2 El Equipo Committed to Society del COAR Lambayeque presentó a la Dirección de Normalización -DN-, con fecha 2008-15-06, el **PNTTP 132.517:2018 GESTIÓN ALIMENTARIA. Establecimientos de venta de alimentos no envasados. Procesos de incorporación de la información nutricional brindada a los consumidores**, para su revisión y aprobación, previa a la etapa de discusión pública.

A.3 El presente Proyecto de Norma Técnica Peruana ha sido estructurado de acuerdo a las Guías Peruanas GP 001:2016 y GP 002:2016.

B. INSTITUCIONES QUE PARTICIPARON EN LA ELABORACIÓN DEL PROYECTO DE NORMA TÉCNICA PERUANA

Secretaría	COAR Lambayeque
Presidente	Mery Giovanni Mocarro Aguilar
Secretaria	Filomena Janett Sánchez Muñoz

ENTIDAD**REPRESENTANTE**

Restaurante Cantaros
(Sector producción)

Nancy Flor Paico Cespedes

Instituto Cumbre
(Sector Técnico)

Carlos Daniel Quevedo Sambrano

APAC - Perú
(Sector consumo)

Yampier Abel Chilcon Saboya

---0000000---

GESTIÓN ALIMENTARIA. Establecimientos de venta de alimentos no envasados. Procesos de incorporación de la información nutricional brindada a los consumidores.

1. Objeto y campo de aplicación

Este Proyecto de Norma Técnica Peruana tiene como objeto brindar una propuesta de solución al problema de la ausencia de información nutricional en los productos ofrecidos por todos los restaurantes, y de esta manera contribuir a la protección de la salud del consumidor.

El presente Proyecto de Norma Técnica Peruana establece, adopta, calcula, especifica, fabrica e incorpora las características que debe cumplir la información calórica brindada por los restaurantes a los consumidores.

El presente Proyecto de Norma Técnica Peruana implementa un sistema visual empleado por los restaurantes para la presentación del origen y número de kilocalorías de los productos brindados.

Este Proyecto de Norma Técnica Peruana se aplica a todos los tipos y tamaños de restaurantes, estos deben otorgar la información nutricional de los productos a los consumidores, ya sea local, regional, o nacional.

2. Referencias normativas

Los siguientes documentos a los cuales se hace referencia en el texto constituyen requisitos de este Proyecto de Norma Técnica Peruana en parte o en todo su contenido. Para las referencias con fecha, sólo se aplica la edición citada. Para referencias sin fecha se aplica la última edición del documento de referencia (incluyendo cualquier modificación).

2.1 Normas Técnicas Internacionales

CAC/GL 23-1997	DIRECTRICES PARA EL USO DE DE DECLARACIONES NUTRICIONALES Y SALUDABLES
CAC/GL 69-2008	DIRECTRICES PARA LA VALIDACIÓN DE MEDIDAS DE CONTROL DE LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS
NTE INEN 1334-1:2011	ROTULADO DE PRODUCTOS ALIMENTICIOS PARA CONSUMO HUMANO. PARTE 1. REQUISITOS.

2.2 Normas Técnicas Nacionales

NTP 209.038:2009	ALIMENTOS ENVASADOS. Etiquetado.
NTP IWA 1:2011	SISTEMAS DE GESTIÓN DE CALIDAD. Directrices para las mejoras de los procesos en organizaciones que prestan servicios de salud
NTP 833.941:2005	GUÍA DE INDICADORES DE GESTIÓN DE LA CALIDAD EN EL SECTOR SALUD

3. Definiciones

Para los propósitos de este Proyecto de Norma Técnica Peruana se aplican las siguientes definiciones:

3.1

kilocaloría

unidad de medida que se emplea para calcular la energía que aportan los alimentos al organismo.

3.2

carbohidratos

biomoléculas compuestas por carbono, hidrógeno y oxígeno, cuyas principales funciones en los seres vivos son el brindar energía inmediata y estructural. Un gramo de carbohidratos brinda 4 kcal.

3.3

proteínas

macromoléculas que constituyen el principal nutriente para la formación de los músculos del cuerpo, cuyas funciones son la formación de tejidos y la regulación de varias funciones del organismo. Un gramo de proteínas brinda 4 kcal.

3.4

lípidos

moléculas que contienen hidrocarburos, además participan en la estructura y función de las células vivas. Un gramo de lípidos brinda 9 kcal.

3.5

grasas saturadas

consideradas como “las grasas malas”, ya que cuando se consumen en exceso pueden ocasionar problemas de colesterol y trastornos de circulación.

3.6

obesidad

estado patológico que se caracteriza por un exceso o una acumulación excesiva y general de grasa en el cuerpo.

3.7

enfermedad cardiovascular

afección cardíaca que se manifiesta mediante vasos sanguíneos enfermos, problemas estructurales y coágulos sanguíneos.

3.8

envasado

proteger los alimentos elaborados de la luz, la humedad y otros contaminantes ambientales.

3.9

restaurante

establecimiento comercial, en el mayor de los casos públicos, donde se paga por platos de comida y bebida para ser consumidas en el mismo local.

3.10

sistema visual

representación gráfica que ayuda al entendimiento del consumidor.

3.11

alimentos naturales

aquellos que han sido cultivados, procesados, empaquetados y almacenados sin emplear aditivos químicos.

3.12

alimentos de hostelería

producidos en restaurantes, comedores, escuelas, hospitales e instituciones similares donde se preparan comidas para consumo inmediato.

3.13

información calórica

datos acerca de la cantidad de kilocalorías que presenta un alimento.

3.14

menú

órgano de comunicación entre el restaurante y el cliente, por lo tanto debe promover un encuentro entre las preferencias o gustos del cliente y la oferta del local.

3.15

visibilidad

cualidad de un objeto de ser percibido fácilmente.

3.16

serigrafía

tipos de caracteres, son adornos en las terminaciones de las letras.

3.17

ficha técnica

documento en forma de sumario que contiene la descripción de las características del bien de hostelería de manera muy detallada.

3.18

información nutricional

se refiere a su valor energético y determinados nutrientes: grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal.

4. Procesos de incorporación de la información nutricional brindada a los consumidores

La elección de un menú se realiza en cuestión de segundos, unos cuantos minutos para otros, pero al final se concluye que es rápida y desinformada. No sabemos a cabalidad los ingredientes presentes en nuestra comida, ni la porción que se nos vende, mucho menos la cantidad de kilocalorías que estos nos aportan. Esta es una de las causas más importantes del sobrepeso y obesidad en el Perú.

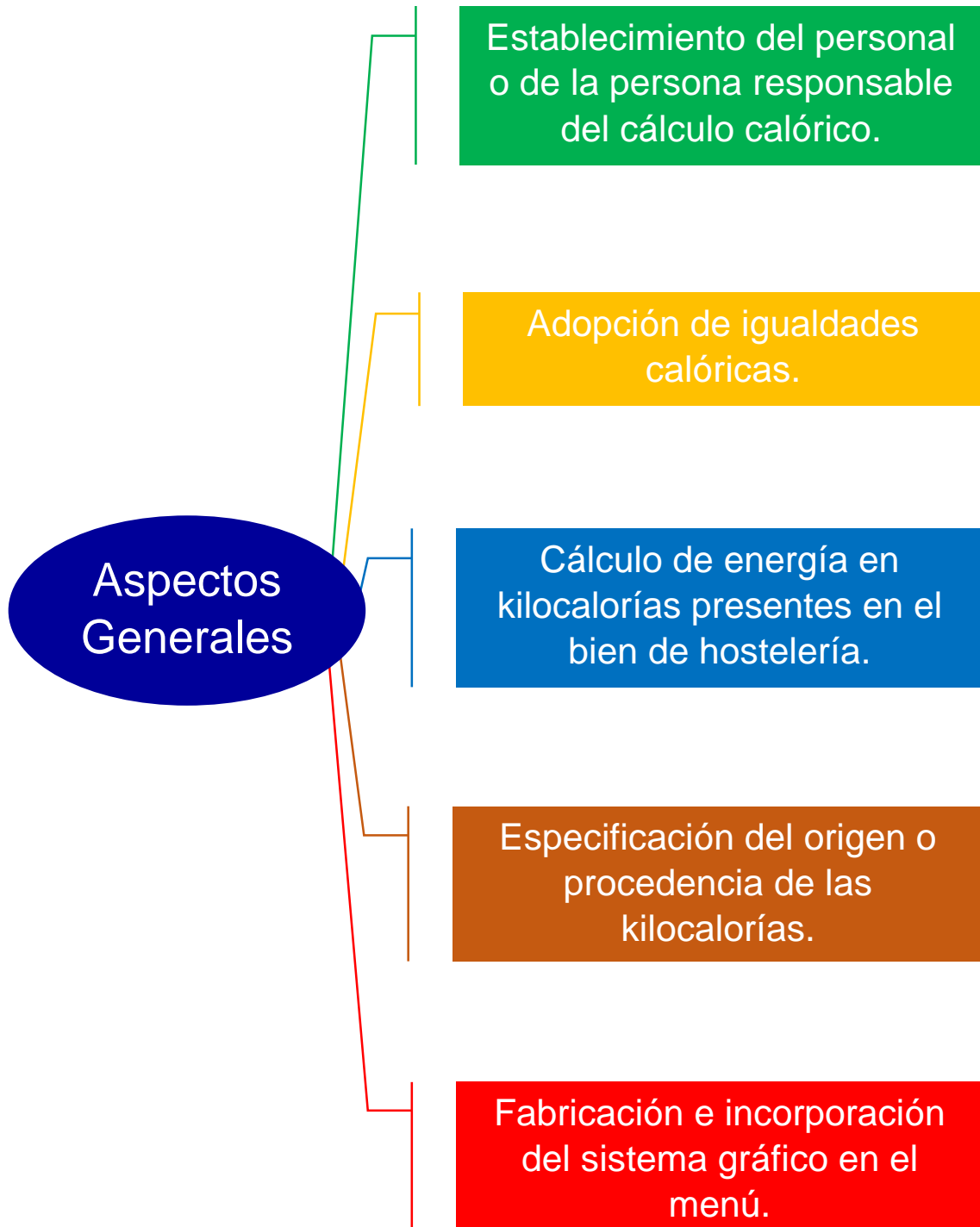
Según MINSA (2017): “En la población de 15 y más años de edad, el 53,8% padece de exceso de peso, valor que se ha incrementado en 0,6 puntos porcentuales con respecto al año 2015. Las mujeres tienen mayor exceso de peso, en 7,9 puntos porcentuales, que los hombres (57,7% frente a 49,8%)”.

En la actualidad, existen Normas Técnicas Peruanas que regulan el etiquetado y con esto, la información nutricional de los productos envasados. Sin embargo, estas mismas excluyen a los alimentos de hostelería.

Entonces, el fomento de una alimentación saludable por parte del Gobierno Peruano en la ley 30021 no estará completa sin la gestión de la presentación de datos enfocados a la composición de los productos no envasados (bienes de hostelería) por parte de la empresa involucrada en la transferencia económica.

Para ello se deben tener en cuenta los aspectos generales de la presente norma.

Flujo de gestión para la implementación de un sistema gráfico con contenido nutricional:



4.1 Establecimiento del personal o de la persona responsable del cálculo nutricional.

El cálculo de la energía en kilocalorías de un bien final no envasado debe realizarse por una persona certificada, un nutricionista por ejemplo. No obstante, de no contarse con uno, cualquier persona natural está en las condiciones de calcularla siguiendo el *Anexo C* de este PNTP. En ambos casos, el o los encargados deben estar reconocidos dentro del organismo productor.

4.2 Adopción de igualdades nutricionales.

Existen diferentes equivalencias nutricionales para un mismo producto, sin embargo debemos asegurar que todos los restaurantes usen uno solo. El sistema de equivalencias adoptado mediante este Proyecto de Norma Técnica Peruana será el presentado por el Centro Nacional de Alimentación y Nutrición Instituto Nacional de Salud en el 2017. Configurado en el *Anexo A*.

4.3 Cálculo de energía en kilocalorías presentes en el bien de hostelería.

Cada restaurante debe contar con las fichas técnicas de los productos ofrecidos en su local, el formato se encuentra especificado en el *Anexo D*. A través de las equivalencias constantes para cada insumo utilizado en la preparación del bien final, el personal o la persona encargada procederá a realizar el cálculo energético de los ingredientes en crudo y su posterior suma, dando como resultado las kilocalorías totales en el plato, bebida o postre. El proceso detallado se encuentra en el *Anexo B* del presente PNTP.

4.4 Especificación del origen o procedencia de las kilocalorías.

Asimismo, se especificará el origen de las kilocalorías de los bienes de hostelería. Los orígenes que se considerarán, en relación a su cantidad, son lípidos, proteínas y carbohidratos. Los pasos a seguir para el cálculo de estos se encuentra explicado en el *Anexo B*.

4.5 Fabricación e incorporación del sistema gráfico en el menú.

La información nutricional brindada por los restaurantes debe estar acompañada o representada bajo un sistema visual de fácil y rápido entendimiento para el consumidor. El sistema debe incluir además de la cantidad total de kilocalorías presentes en el bien de hostelería, su procedencia, es decir, si las kilocalorías provienen de proteínas, carbohidratos o lípidos. A través del Proyecto Norma Técnica Peruana se evaluará la efectividad de ésta y se contribuirá a su mejora.

Este sistema afiliado servirá para poder representar de manera gráfica el resultado del cálculo de los valores nutricionales presentes en el bien de hostelería haciéndose específica la procedencia de estas mismas. Para asegurar su claro entendimiento deberá cumplir con las siguientes características:

4.5.1 Tamaño

El tamaño del sistema gráfico calórico debe ocupar un mínimo de 3% del área total de la carta y a su vez debe facilitar la completa lectura y comprensión por parte del consumidor para que así pueda notar la información que se le está ofreciendo.

4.5.2 Color

El color empleado en el plasmado de la información calórica del producto no envasado (producto de hostelería) debe favorecer su visibilidad y llamar la atención del consumidor en misma proporción en la que lo hace su nombre y precio.

4.5.3 Tipografía

El estilo de letra utilizado debe ser claro y conciso teniendo en cuenta que no debe provocar ningún tipo de confusiones o dudas en el receptor, por el contrario, debe facilitar su rápida comprensión.

4.5.4 Posición

La posición de la información calórica debe permitir la relación visual de esta con el producto al cual pertenece y facilitar su contrastación con la información calórica de otros productos pertenecientes al mismo rubro industrial, dígame bebidas, postres, entradas, segundos (plato principal), entre otros.

5. Sistema gráfico de representación calórica implementado

El Proyecto de Norma Técnica Peruana propone un formato estándar el cual podrá ser implementado o tomado como base por cualquier restaurante a la hora de presentar la información calórica requerida.

El sistema visual a implementar se compone de dos partes parciales, unificadas en un único cuadro resumen.

5.1 Cantidad calórica

La cantidad de energía presente en el producto no envasado, calculada a través de los ingredientes utilizados en su preparación, debe ser especificada en unidades de energía para la comida, kilocalorías. El formato es el siguiente:

X XXX kcal

Donde **X XXX** representa la cantidad cuantitativa de las kilocalorías totales en el bien de hostelería.

La tipografía elegida responde a los estándares de legibilidad, sin presencia de serifas, empleando para ello el tipo de letra **ARIAL** número, dependiendo del caso, **8 a 10**. El color utilizado será **blanco** en contraste con el fondo negro.

X XXX Kcal

5.2 Origen calórico

El origen calórico corresponde a tres fuentes definidas anteriormente, carbohidratos, lípidos y proteínas. Para cada una de ellas se establecerá un color característico que permita su fácil, rápida y completa comprensión.

5.2.1 Lípidos

El color correspondiente a este origen calórico será el rojo, ya que otorgan 9 kcal por cada gramo. El exceso de lípidos en el organismo es el causante de problemas cardiovasculares.

5.2.2 Carbohidratos

El color correspondiente a este origen calórico será el anaranjado, debido a que otorgan 4 kcal por cada gramo. El exceso de carbohidratos en el organismo es el causante de problemas de sobrepeso y obesidad.

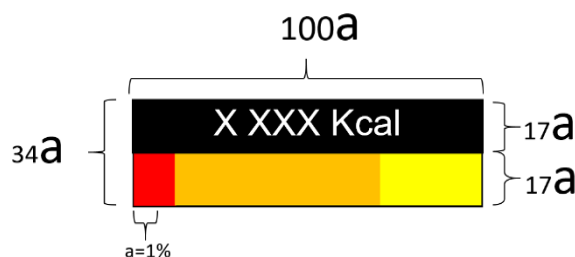
5.2.3 Proteínas

El color correspondiente a este origen calórico será el amarillo. Al igual que los carbohidratos, otorgan 4 kcal por cada gramo. Sin embargo, es casi imposible que estos se conviertan en grasa dentro del organismo.

El sistema de barra representará el 100% y estará pintado por el color representativo de cada tipo de alimento directamente proporcional a cuánto del total calórico proviene de ese origen, esto en lo cualitativo.

Por otra parte, en lo cuantitativo, el gráfico contará con las cantidades totales sobrepuestas a cada barra perteneciente, los pasos a seguir se encuentran en el *Anexo E*.

Quedando el cuadro resumen de la siguiente manera y tamaños relativos:



Anexo A

(Informativo)

Tablas Nutricionales implementadas por Centro Nacional de Alimentación y Nutrición Instituto Nacional de Salud en el 2017

Para el cálculo del valor nutricional en términos de kilocalorías, proteínas, carbohidratos y lípidos deben de utilizarse los datos establecidos por el Instituto Nacional de Salud en el 2017. Algunos ejemplos son dados a continuación.

COMPOSICIÓN EN 100 g DE ALIMENTOS (CARNES Y DERIVADOS)

TABLAS PERUANAS DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS 2017

F- CARNES Y DERIVADOS

CÓDIGO	NOMBRE DEL ALIMENTO	Energía	Energía	Agua	Proteínas	Grasa total	Carbohidratos	Carbohidratos	Fibra dietaria
		<ENERC>	<ENERC>	<WATER>	<PROCNT>	<FAT>	<CHOCDF>	<CHOAVL>	<FIBTG>
		kcal	kJ	g	g	g	g	g	g
F 1	Ballena, carne pulpa de	90	377	78,0	18,6	1,2	0,0	*	*
F 2	Carnero, cabeza sancochada de	111	464	79,2	14,2	5,6	0,0	*	*
F 3	Carnero, corazón de	115	456	77,0	15,9	4,6	1,4	1,4	0,0
F 4	Carnero, hígado de	131	549	72,1	19,9	4,0	2,6	2,6	0,0
F 5	Carnero, panza de (mondongo)	72	301	83,8	15,7	0,6	0,0	0,0	0,0
F 6	Carnero, patas sancochadas de	108	452	76,5	20,9	2,1	0,0	*	*
F 7	Carnero, pulmón de (bofe)	77	322	81,0	13,4	2,2	0,0	0,0	0,0
F 8	Carnero, riñón	109	456	76,7	18,0	3,2	0,8	0,8	0,0
F 9	Carnero, sesos de	113	473	79,1	10,0	7,8	0,0	0,0	0,0
F 10	Carnero, pulpa gorda	267	1117	60,7	16,9	21,6	0,0	0,0	0,0
F 11	Carnero, pulpa muy magra	136	569	73,8	19,0	6,1	0,0	*	*
F 12	Carnero, pulpa semigorda	253	1059	61,4	18,2	19,4	0,0	0,0	0,0
F 13	Cerdo, carne sin hueso	198	828	69,2	14,4	15,1	0,1	0,1	0,0
F 14	Cerdo, hígado de	128	506	73,7	18,5	4,7	1,7	1,7	0,0
F 15	Cerdo, patas semigordas	284	1188	57,0	20,0	22,0	0,0	*	*
F 16	Cerdo, pulmón de (bofe)	79	331	81,3	13,5	2,4	0,0	0,0	0,0
F 17	Cerdo, riñón de	139	582	75,4	13,9	8,8	0,0	0,0	0,0
F 18	Chivo, carne pulpa de	115	481	73,9	19,4	3,6	0,0	0,0	0,0
F 19	Conejo, carne pulpa de	136	569	72,8	20,1	5,6	0,0	0,0	0,0
F 20	Gallina, pechuga de (sin piel)	108	452	73,2	19,2	2,9	0,0	0,0	0,0
F 21	Gallina, pierna de (sin piel)	120	502	71,3	20,6	3,6	0,0	0,0	0,0
F 22	Majaz, carne pulpa de	108	452	74,7	21,4	1,2	1,4	*	*
F 23	Motelo, carne pulpa de	113	474	74,6	21,4	1,8	1,4	*	*
F 24	Pato, carne de	326	1364	54,3	16,0	28,6	0,0	0,0	0,0
F 25	Pavo, carne de	160	669	70,4	20,4	8,0	0,0	0,0	0,0
F 26	Pollo, carne pulpa	119	498	74,5	21,4	3,1	0,0	0,0	0,0
F 27	Pollo, corazón de	157	656	72,6	15,6	9,3	1,6	1,6	0,0
F 28	Pollo, hígado de	125	523	73,6	18,0	3,9	3,4	*	*
F 29	Pollo, sangre cocida	69	289	82,0	16,0	0,1	*	*	*
F 30	Pollo, sangre cruda de	65	272	83,0	15,0	0,1	*	*	*
F 31	Rana, carne de	73	305	81,9	16,4	0,3	0,0	0,0	0,0
F 32	Tortuga charapa, carne de	79	326	81,6	16,4	0,9	0,1	*	*
F 33	Res, bazo de	92	385	78,1	18,9	1,2	0,0	0,0	0,0
F 34	Res, cabeza sancochada de	111	460	77,1	18,6	3,4	0,2	*	*
F 35	Res, carne pulpa de	105	439	75,9	21,3	1,6	0,0	0,0	0,0

46

Instituto Nacional de Salud

La tabla ha sido extraída y continúa en:

<http://repositorio.ins.gov.pe/bitstream/handle/INS/1034/tablas-peruanas-2017.pdf?...1...y>

Fuente: Centro Nacional de Alimentación y Nutrición Instituto Nacional de la Salud (2017). Tablas peruanas de composición de alimentos. Recuperado de:

Anexo B

(Instructivo)

Cálculo de kilocalorías y su procedencia paso a paso

Para poder calcular el total de kilocalorías que aporta un bien de hostelería, teniendo en cuenta su procedencia (carbohidratos, lípidos o proteínas), se hace uso de datos ya establecidos por la sociedad científica, estos están presentes en las Tablas Nutricionales que se encuentran en el *Anexo A*. El procedimiento se muestra a continuación.

Tener en cuenta que se obtiene el total de kilocalorías ingrediente por ingrediente y que además las cantidades mostradas en las tablas son basadas en 100 g. Se tomará el ejemplo del tomate.

1. Ubicar el ingrediente en la Tabla Nutricional.

En la Tabla de Composición, cada alimento tiene un código alfanumérico, determinado por un carácter alfabético que representa el grupo de alimentos al que pertenece y un carácter numérico que representa la posición de dicho ítem alimentario dentro del grupo de alimentos.

Los tomates se encuentran en el grupo B: VERDURAS, HORTALIZAS Y DERIVADOS.

2. Ubicar los macronutrientes: Proteínas, Grasas y Carbohidratos Disponibles.

Para obtener el total de kilocalorías brindadas por el ingrediente sólo se utilizarán los macronutrientes, por el hecho de que son los principales aportadores de energía. Estos se encuentran en la parte derecha de la tabla junto con algunos otros componentes. En el caso de 100 g de tomate se proporcionan:

Proteínas:	0.8 g
Grasas:	0.2 g
Carbohidratos Disponibles:	3.1 g

3. Realizar una multiplicación.

Un gramo de algún macronutriente proporciona cierta cantidad de kilocalorías.

1 g proteínas =	4 kcal
1 g grasas =	9 kcal
1 g carbohidratos disponibles =	4 kcal

Por lo tanto, se prosigue a multiplicar la cantidad de gramos brindada por los macronutrientes hallada en la tabla, por la cantidad respectiva de kilocalorías que brinda 1 g de cada macronutriente para así calcular la cantidad de kcal brindada por cada uno. Se realiza de la siguiente manera.

Proteínas:	$0.8 \text{ g} * 4 \text{ kcal} =$	03.2 kcal
Grasas:	$0.2 \text{ g} * 9 \text{ kcal} =$	01.8 kcal
Carbohidratos Disponibles:	$3.1 \text{ g} * 4 \text{ kcal} =$	12.4 kcal

4. Sumar los productos obtenidos.

Luego de haber realizado las respectivas multiplicaciones se procederá a sumar los tres productos obtenidos. El resultado representa el total de kilocalorías presentes en los 100 g de tomate.

Proteínas =	03.2 kcal
Grasas =	01.8 kcal
Carbohidratos Disponibles =	12.4 kcal
Total =	17.4 kcal

5. Realizar una regla de tres simple.

El total de calorías de cada ingrediente se tiene que adecuar a las cantidades que se mencionan en cada receta. Por ejemplo, si para la preparación de un plato X se necesitan 450 g de tomate, teniendo en cuenta que hemos calculado previamente cuantas kcal tiene 100 g de tomate, se realiza una regla de tres simple.

Si en 100 g de tomate hay 17.4 kcal, ¿cuántas kcal hay en 450 g de tomate?

$$100 \text{ g} = 17.4 \text{ kcal}$$

$$450 \text{ g} = X$$

$$X = 450 \text{ g} * 17.4 \text{ kcal} = 7830 \text{ g kcal}$$

$$X = 7830 \text{ g kcal} / 100 \text{ g} = 78.3 \text{ kcal}$$

Entonces, ese resultado representa el total de kcal presentes en los 450 g de tomate. Este procedimiento se tiene que aplicar a todos los ingredientes y después de haber obtenido todos los totales de kcal brindados por cada uno se sumarán. Este último dato simboliza la cantidad total de kcal presentes en el bien de hostelería.

Anexo C

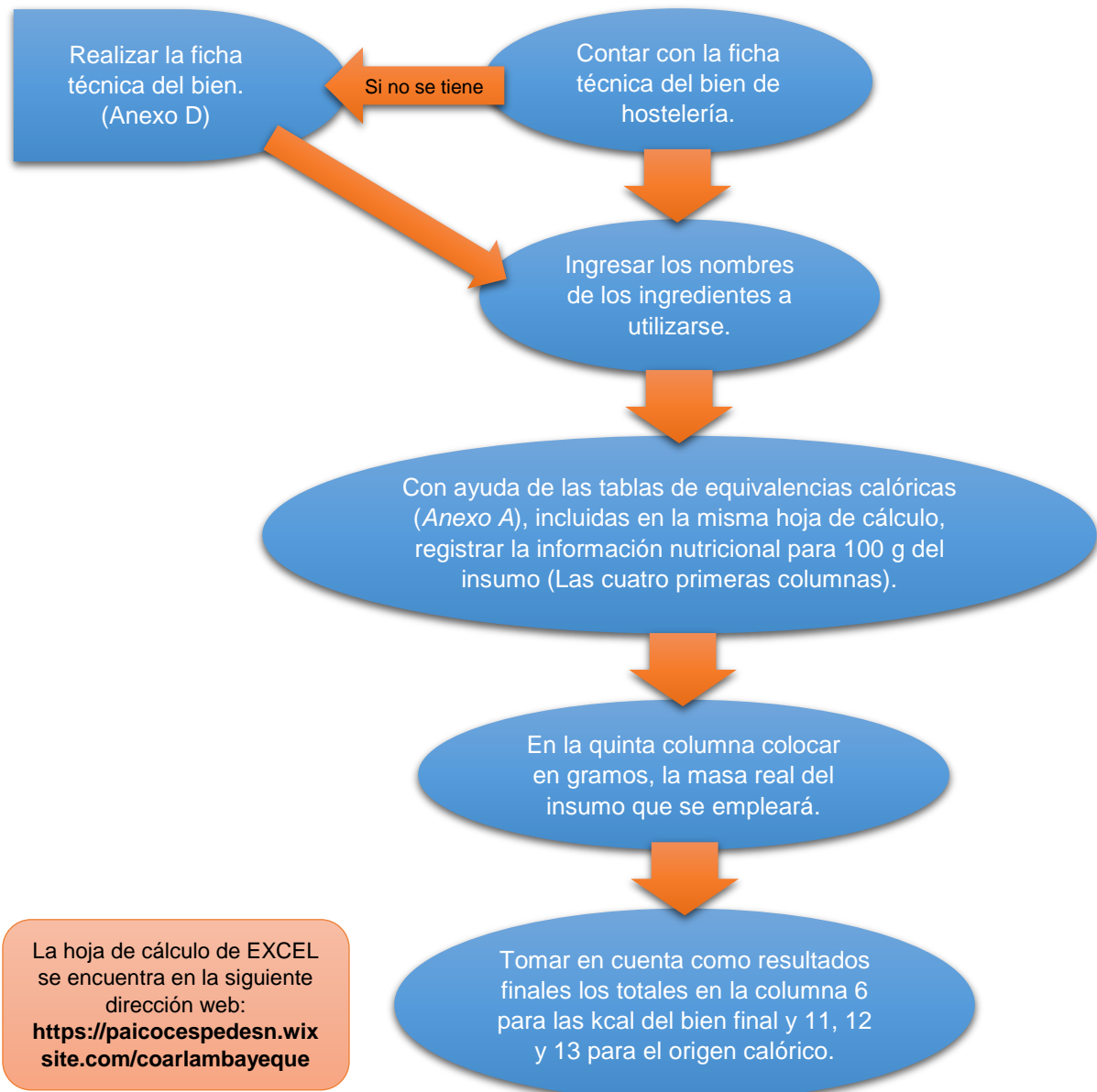
(Instructivo)

Cálculo de kilocalorías y su procedencia usando la hoja de cálculo EXCEL

El cálculo del valor nutricional de un bien de hostelería no envasado puede ser tedioso y confuso utilizando el método propuesto en el *Anexo B*. No obstante, haciendo uso de la tecnología esta actividad se nos facilitará en gran medida.

Teniendo en cuenta las operaciones realizadas en el anexo anterior, el equipo ha construido una tabla en la hoja de cálculo Excel. Su mecanismo es fácil y sencillo.

Para un aprovechamiento pleno de la herramienta tecnológica a continuación se presentará un flujograma acerca de los pasos a seguir en su uso para obtener mejores resultados.



Anexo D

(Instructivo)

Cómo realizar la ficha técnica de un alimento no envasado

FICHA TÉCNICA	
Imagen Final del Plato	Ingredientes
<p>Esta imagen debe ser original y propia del restaurante.</p> <p>Debe tener un tamaño visible.</p> <p>Debe tener una calidad de al menos 720p.</p>	<p>Se debe especificar absolutamente todos los insumos que influyen en la preparación del producto.</p> <p>Se debe especificar el producto con su unidad y cantidad en gramos.</p>
Preparación	
<p>Explicación paso a paso.</p> <p>En caso de que se componga de diferentes preparaciones, se detalla cada una por separado.</p> <p>Indicar tipo de corte, sistema de cocción a utilizar y la temperatura del cocinado.</p>	
Valor Nutricional	
<p>Incluir la cantidad de calorías provenientes de las proteínas, carbohidratos y lípidos que presenta el alimento.</p>	
Criterios de Control de Calidad	
<p>Advertir de posibles riesgos en la manipulación, para garantizar la calidad de la elaboración y satisfacción del cliente.</p> <p>Se registrarán de acuerdo a lo propuesto por la ISO 9001, norma de sistemas de gestión de la calidad.</p>	
Comentarios Nutricionales	
<p>Informar sobre los alérgenos en los alimentos.</p>	

El formato de ficha técnica se encuentra disponible en la siguiente dirección web:
<https://paicocespedesn.wixsite.com/coarlambyeque>

BIBLIOGRAFÍA

- [1] Perú es el tercer país de Latinoamérica con más casos de sobrepeso y obesidad (2017) Lima. Peru21. Extraído de <https://peru21.pe/vida/salud/peru-tercer-pais-latinoamerica-casos-sobrepeso-obesidad-379670>
- [2] Obesidad alcanza a más del 50% de la población peruana (2018). Lima. El comercio. Extraído de <https://elcomercio.pe/peru/obesidad-alcanza-50-poblacion-peruana-noticia-502266>
- [3] Perú: niveles de sobrepeso y obesidad ya son un problema de salud pública (2017) Lima. La Republica. Extraído de <https://larepublica.pe/sociedad/1053729-peru-niveles-de-sobrepeso-y-obesidad-ya-son-un-problema-de-salud-publica>
- [4] El 35,5% de la población peruana de 15 y más años de edad padece de sobrepeso (2016) Lima. INEI. Extraído de <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-355-de-la-poblacion-peruana-de-15-y-mas-anos-de-edad-padece-de-sobrepeso-9161/>
- [5] Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud (2018). Organización Mundial de la Salud. Extraído de http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood_why/es/
- [6] La obesidad causa el 22.77% de muertes por enfermedades cardiovasculares. Lima. La República. Extraído de <https://larepublica.pe/salud/663539-la-obesidad-causa-el-2277-de-muertes-por-enfermedades-cardiovasculares>
- [7] Centro Nacional de Alimentación y Nutrición Instituto Nacional de la Salud (2009). tablas peruanas de composición de alimentos. Recuperado de <http://www.ins.gob.pe/insvirtual/images/otrpubs/pdf/Tabla%20de%20Alimentos.pdf>