

ANEXO 06
TARJETAS DE ALIMENTOS

GRUPO I - ALIMENTOS QUE APORTAN ENERGIA							
CEREALES		LEGUMINOSAS (MENESTRAS)			TUBERCULOS		PLATANO VERDE
TRIGO 	CEBADA 	GARBANZO 	PALLAR 	TARWI 	CAMOTE 	CHUÑO 	PLATANO VERDE 
ARROZ 	QUINUA 	LENTEJA 	FRIJOL 	HABA FRESCA 	PAPA 	OLLUCO 	
MAIZ 	CHOCLO 	ARVEJA SECA 	HABA SECA 	ARVEJA FRESCA 	YUCA 	OCA 	