

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

En los últimos 7 días...

LEA TODOS LOS ALIMENTOS	ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA					
			a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
			Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)		
1. PRODUCTOS LÁCTEOS													
1.1	Leche materna	1 tetada	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
1.2	Leche Liconsa	1 vaso (240ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _ _	_ _ ._ _
1.3	Otra Leche (especifique la marca)												
	a _____	1 vaso (240 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _ _	_ _ ._ _
	b _____	1 vaso (240 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _ _	_ _ ._ _
	c _____	1 vaso (240 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _ _	_ _ ._ _
1.4	Leche preparada de sabor (chocolate u otro sabor)	1 vaso (240 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _ _	_ _ ._ _
1.5	Agregado a la leche												
	a) Azúcar	1 cucharada cafetera copeteada (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
	b) Chocolate u otro saborizante	1 cucharada cafetera copeteada (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
1.6	Queso panela o fresco o cottage	1 rebanada o 2 cucharadas soperas (30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
1.7	Quesos madurados (chihuahua, manchego, gouda, etc.)	1 rebanada (30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
1.8	Yogur de vaso:												
	a) Entero natural	1 vaso típico de yogur (150g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
	b) Entero con frutas	1 vaso típico de yogur (150 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
	c) Bajo en grasa o light natural o con fruta (vitalinea, alpura light, lala light, etc.)	1 vaso típico de yogur (150g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
1.9	Yogur para beber:												
	a) Entero natural	1 envase típico (230 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
	b) Entero con fruta	1 envase típico (230 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _
	c) Bajo en grasa o light natural o con fruta	1 envase típico (230 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ ._ _

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS	ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones				
			PA1	DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA				PA3	PA4		
				a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?							
	Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)							
1.10	Danonino o similar	1 envase (45g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	E	. .			
1.11	Yakult o similares	1 envase (80ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	E	. .			
2. FRUTAS																
2.1	Plátano	1 pieza chica (116g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.2	Plátano frito	½ pieza mediana (113g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.3	Jícama	1/3 pieza mediana o 3/4 taza (100g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.4	Naranja o mandarina	1 pieza chica (109g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.5	Manzana o pera	1/2 pieza mediana (70g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.6	Melón o sandía	1 rebanada mediana ó 3/4 taza (115g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.7	Guayaba	1 pieza chica (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.8	Mango	1/2 pieza chica (62g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.9	Papaya	1/2 taza o 1 rebanada chica (70g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.10	Piña	1/2 rebanada mediana (75 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.11	Toronja	1/2 pieza chica (135g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.12	Fresa	1/3 taza o 3 piezas medianas (50 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.13	Uvas	10 piezas (60g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	E	. .			
2.14	Durazno/melocotón	1 pieza mediana (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09			
2.15	Frutas en almíbar	½ taza (80g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	E	. .			
2.16	Frutas cristalizadas o secas	¼ taza (25g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	E	. .			
3. VERDURAS																
3.1	Tortitas de verduras capeadas	1 pieza mediana (72g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	E	. .			

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS ALIMENTO		PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA					
			a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
ALIMENTO		Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)			
3.2	Jitomate	½ pieza chica (30g) en ensalada	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.3	Hojas Verdes (acelgas, espinacas, quelites)	½ plato (85g) cocidas o 1 plato crudas	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
3.4	Chayote	¼ pieza chica (50g) ó 1/3 taza	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.5	Zanahoria	1 pieza chica ó ½ taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.6	Calabacita	½ pieza mediana (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.7	Brócoli o coliflor	¼ taza (35g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
3.8	Col	¼ taza (35 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
3.9	Ejotes	¼ taza ó 5 pieza (30g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
3.10	Elote	½ pieza chica (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.11	Lechuga	½ taza o 1 hoja (30g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
3.12	Nopales	1 pieza mediana (70g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.13	Pepino	1/2 pieza grande (150g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.14	Aguacate	1 rebanada ó 1 pieza de criollo chico (33 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.15	Chile poblano	1/2 pieza mediana (40g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.16	Cebolla por ejemplo en ensaladas, antojitos, o comida rápida	1 cucharada sopera o 3 rodajas (7g),	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
3.17	Verduras envasadas como chícharo, zanahoria, champiñones y ejotes.	1/2 lata pequeña	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
3.18	Verduras congeladas como chícharo, zanahoria, brócoli, coliflor, ejotes	1/4 taza	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
4. COMIDA RÁPIDA													
4.1	Torta o sándwich	1 pieza mediana (130g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS ALIMENTO			PA1	FRECUENCIA DE CONSUMO								PA2	PA3	PA4
			DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA				Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?						
ALIMENTO	PORCIÓN	Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)				
4.2	Hamburguesa	1 pieza mediana (240g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
4.3	Pizza	1 rebanada chica (92g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
4.4	Hot dog	1 pieza mediana (110g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
5. CARNES, EMBUTIDOS Y HUEVO														
5.1	Carne de puerco	1/2 bistec mediano (45g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
5.2	Carne de res	1/2 bistec mediano (45g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
5.3	Carne de res seca (machaca)	1/2 plato (40g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	
5.4	Longaniza o chorizo	½ trozo (30g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	
5.5	Salchicha de puerco, pavo o combinado, jamón de puerco o pavo o mortadela (a parte de en torta, sándwich o hot dog)	1 pieza de salchicha ó 1 reb. de jamón (30g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	
5.6	Pollo	a) 1 pieza (pierna, muslo) ó ½ pieza de pechuga chica (90g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
		b) 1 pieza de ala, 2 piezas de patas (70g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
		c) 1 pieza de hígadito o molleja (30g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
5.7	Huevo	a) 1 pieza entera de huevo tibio o cocido (62g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	
		b) 1 pieza entera de huevo frito, estrellado o revuelto (55g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	
6. PESCADOS Y MARISCOS														
6.1	Pescado fresco	1/2 filete mediano (45g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_	_	
6.2	Pescado seco (charalitos, bacalao)	1/2 plato (40g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	
6.3	Atún y sardina (en tomate, agua o aceite)	¼ lata ó 40g	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_	

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS	ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA					
			a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
	Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)				
6.4	Algún marisco (camarón, ostiones, etc.)	1/2 plato (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
7. LEGUMINOSAS													
7.1	Frijoles preparados en casa:												
	a) De la olla	½ plato ó ½ taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
	b) Refritos	½ plato ó ½ taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
7.2	Frijoles envasados o de lata:												
	a) De la olla	½ plato ó ½ taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
	b) Refritos	½ plato ó ½ taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
7.3	Lenteja, garbanzo, haba amarilla o alubia	1/2 plato ó 1/2 taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
7.4	Caldo de frijol	1/2 plato ó 1/2 taza (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8. CEREALES Y TUBÉRCULOS													
8.1	Arroz guisado	1/2 taza ó 1/2 plato (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.2	Pan blanco	1 rebanadas ó 1/2 bolillo (45g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.3	Pan integral	1 rebanadas ó 1/2 bolillo (45g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.4	Pan dulce (excepto donas y churros)	1 pieza (70g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.5	Donas y churros de panadería	1 pieza (70 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.6	Galletas Saladas	4 piezas (20g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.7	Papas	a) ½ pieza mediana cocida (40g) b) 1/2 pieza mediana frita o tortita de papa (40g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
8.8	Cereal de caja												
	a) Chocolate (Chocozucaritas, chocokrispis)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _
	b) Light/cuidado de la figura (Special K)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _ _

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS ALIMENTO		PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			DÍAS DE LA SEMANA a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					VECES AL DÍA b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
			Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)			6 (09)
c) Hojuela endulzada (Zucaritas)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
d) Básico (Corn Flakes, arroz inflado sin sabor)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
e) Variedades (Apple jacks, honey smacks, corn pops)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
f) Sabor a frutas (Foot loops,)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
g) Fibra (All Bran)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
h) Especialidades (Crusli)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
i) Multi ingredientes (Extra)	1 taza (seco 30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .	
9. PRODUCTOS DE MAÍZ													
9.1	Antojitos con vegetales como sopas, quesadillas, tlacoyos, gorditas, y enchiladas (NO TACOS):												
a)	Sin freír	1 pieza (100 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .
b)	Fritos	1 pieza (100 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .
9.2	Antojitos con res, cerdo pollo, vísceras, etc como tacos, quesadillas, tlacoyos, enchiladas, gorditas:												
a)	Sin freír	1 pieza (100 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .
b)	Fritos	1 pieza (100 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .
9.3	Pozole (todos tipos)	1/2 plato (50 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .
9.4	Tamal (todos tipos)	1/2 pieza (100 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _ .
9.5	Atole de maíz												
a)	Atole con agua	1/2 taza (120ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _ .
b)	Atole con leche (aparte de la reportada en el apartado de "Productos lácteos")	1/2 taza (120 ml): (especificar tipo de leche)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _ .
10. BEBIDAS													
10.1	Refresco Normal	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _ .
10.2	Refresco Dieta	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _ .

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS	ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA					
			a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
			Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)		
10.3	Café												
	a) Café sin azúcar	1/2 taza (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
	b) Azúcar agregada al café	1 cucharada cafetera copeteada (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
	c) Leche agregada al café (aparte de la reportada en el apartado de "Productos lácteos")	1/2 taza (120 ml): (especificar tipo de leche)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
	d) Sustituto de crema agregada al café	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
10.4	Té o infusión												
	a) Té sin azúcar	1/2 taza (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
	b) Azúcar agregada al té	1 cucharada cafetera copeteada (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
10.5	Jugos naturales sin azúcar	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.6	Jugos naturales con azúcar	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.7	Aguas de fruta natural con azúcar	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.8	Aguas de fruta natural sin azúcar	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.9	Bebidas o aguas de sabor industrializadas sin azúcar (incluyendo dietéticas como Clight, Be-light, etc.)	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.10	Bebidas o aguas de sabor industrializadas con azúcar (frutsi, bonafina.)	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.11	Néctares de frutas o pulpa de frutas industrializados con azúcar (boing, jumex)	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
10.12	Agua sola	1/2 vaso (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_ _	_ . _
11. BOTANAS, DULCES Y POSTRES													
11.1	Chocolate	1 trozo ó a cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
11.2	Dulce (caramelos, paletas)	1 pieza (30g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _
11.3	Dulces enchilados (miguelitos, tamarindos)	1 pieza (30 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS	ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
			DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA					
			a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
	Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)				
11.4	Frituras (todos tipos, incluyendo cacahuates japoneses)	1 paquete individual o bolsa chica (35g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.5	Paletas y dulces de malvavisco (paleta payaso, bubu-lu-bu)	2 piezas pequeñas o 1 pieza grande (40g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.6	Gelatina, flan	1 pieza o rebanada (125g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.7	Pastel o pay	1 rebanada mediana(125 g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.8	Helado, nieves y paletas de agua	1 pza o 1 bola (80g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.9	Helado y paletas de leche	1 pza o 1 bola (80g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.10	Cacahuates, habas o pepitas	1 puño (35g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.11	Palomitas de maíz de microondas o del cine (Todos tipos, excepto acarameladas)	1/2 bolsa mediana (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.12	Pastelillos y donas industrializadas	1 pieza (70g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.13	Galletas dulces (todos tipos)	2 piezas (32g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
11.14	Barras de cereal	1 pieza (25g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
12. SOPAS, CREMAS Y PASTAS													
12.1	Caldo de pollo, res o verduras (sólo caldo)	1/2 taza (120 ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
12.2	Sopa o caldo con verduras	1/2 plato (120ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
12.3	Sopa de pasta	a) 1/2 plato ó 1/2 taza sopa caldosa (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
		b) 1/2 plato sopa seca (50g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
12.4	Crema de verduras	1/2 plato (120ml)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
12.5	Sopas instantáneas	1/2 vaso (32g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ _
13. MISCELANEOS													
13.1	Limón por ejemplo en ensaladas, caldos, o carnes		01	02	03	04	05	06	07	08	09		_1_
13.2	Cebolla por ejemplo en salsas, o caldillos (molido o entera)		01	02	03	04	05	06	07	08	09		_1_

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
 LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
 FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS	ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO								Tamaño de porción (*)	Número de porciones				
			PA1	DÍAS DE LA SEMANA					VECES AL DÍA				PA3	PA4		
				a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?							
	Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)							
13.3	Chiles frescos por ejemplo en salsas, tacos, guisados (molido o entero)		01	02	03	04	05	06	07	08	09		[_1_]			
13.4	Chiles envasados o enlatados, por ejemplo en el sándwich, torta, guisados.		01	02	03	04	05	06	07	08	09		[_1_]			
13.5	Chile seco por ejemplo en salsas, tacos, guisados (molido o entero)		01	02	03	04	05	06	07	08	09		[_1_]			
13.6	Tomate verde y jitomate por ejemplo en salsas, tacos, o guisados (molido o entero)		01	02	03	04	05	06	07	08	09		[_1_]			
13.7	Azúcar (a parte de la agregada a las bebidas, leche, té, café, agua de frutas) por ejemplo en fresas o plátanos con crema	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.8	Margarina	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.9	Mantequilla	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.10	Mayonesa	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.11	Crema	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.12	Manteca vegetal	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.13	Manteca animal (cerdo o pollo)	1 cucharada sopera (10g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	[_1_ _1_			
13.14	Sal o condimento con sal agregada a sus alimentos		01	02	03	04	05	06	07	08	09	Cantidad agregada: _ 1)Poca 2)Moderada 3)Mucha				
13.15	Salsas y aderezos agregados a sus alimentos:															
	a) Cátsup		01	02	03	04	05	06	07	08	09	Cantidad agregada: _ 1)Poca 2)Moderada 3)Mucha				

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS ALIMENTO	PORCIÓN	FRECUENCIA DE CONSUMO										Tamaño de porción (*) Número de porciones
		DÍAS DE LA SEMANA a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					VECES AL DÍA b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?					
		Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)		
b) Salsa picante para botana agregada a sus alimentos		01	02	03	04	05	06	07	08	09	09	Cantidad agregada: 1)Poca 2)Moderada 3)Mucha
c) Salsa de soya, salsa inglesa o sazónadores líquidos agregados a sus alimentos		01	02	03	04	05	06	07	08	09	09	Cantidad agregada: 1)Poca 2)Moderada 3)Mucha

14. TORTILLAS								
14.1	A parte de las tortillas consumidas en enchiladas u otro antojito, ¿con qué	Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	¿Cuántas tortillas comió cada día que las consumió?	
	a) de nixtamal (hecho en casa)	01	02	03	04	05	_ _ _ . _ _ _	
	b) de harina MASECA o MINSAL (hecha en casa)	01	02	03	04	05	_ _ _ . _ _ _	
	c) de masa (comprada) o de tortillería	01	02	03	04	05	_ _ _ . _ _ _	
14.2	¿Con qué frecuencia comió tortillas de harina de trigo?	01	02	03	04	05	_ _ _ . _ _ _	
14.3	PESO PROMEDIO DE TORTILLA DE MAÍZ	GRAMOS:					FCA143	_ _ _ . _ _ _
14.4	PESO PROMEDIO DE TORTILLA DE TRIGO	GRAMOS:					FCA144	_ _ _ . _ _ _

15. CANTIDAD DE CONSUMO REPORTADA	
¿Considera usted que el consumo que reportó fue semejante a lo que come normalmente? O ¿fue mayor o menor? (ya que su consumo pudo haber variado por enfermedad y comer poco o haber tenido fiesta y comer más)	IGUAL.....1
	MAYOR.....2
	MENOR.....3

(*) TAMAÑO DE PORCIÓN:
LECHE, CARNES, BEBIDAS: Muy chico (MC); Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Muy Grande (MG); Estándar (E).
FRUTAS, VERDURAS, COMIDA R: Chico (C); Mediano (M); Grande (G); Estándar (E).

INSTITUTO NACIONAL DE SALUD PÚBLICA
ENCUESTA NACIONAL DE SALUD Y NUTRICIÓN MEDIO CAMINO 2016
FRECUENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS- NIÑO PREESCOLAR (1-4 AÑOS DE EDAD)

LEA TODOS LOS ALIMENTOS ALIMENTO			FRECUENCIA DE CONSUMO							Tamaño de porción				
			DÍAS DE LA SEMANA a) ¿Cuántos días comió o (tomó) usted?					VECES AL DÍA b) ¿Cuántas veces al día comió o (tomó) usted?				PA3	PA4	
ALIMENTO	PORCIÓN		Nunca (01)	1 (02)	2-4 (03)	5-6 (04)	7 (05)	1 (06)	2-3 (07)	4-5 (08)	6 (09)	Tamaño de porción (*)	Número de porciones	
16. CONSUMO DE SUPLEMENTOS														
16.1	Papilla (Nutrisano) del programa OPORTUNIDADES	4 cucharadas soperas copeteadas (44g)	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _	
16.2	Algún suplemento y/o complemento alimenticio (Ver lista de códigos de suplementos y complementos)	Elija un código de presentación (porción)												
a.	ESP_ALIM	PA5 Código: _ _	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _	
			1 2 3 4 5 6											
b.		Código: _ _	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _	
			1 2 3 4 5 6											
16.3	Otro _____ (especifique)	Código: _ _	01	02	03	04	05	06	07	08	09	_E_	_ . _	
			1 2 3 4 5 6											

Nota. En caso de que el suplemento no esté en la lista, deberá ESPECIFICAR claramente el nombre completo del suplemento (marca, nombre, vitaminas, minerales, etc).

- Códigos:**
- 1) Tabletas, grageas, comprimidos, o cápsulas (1 pieza)
 - 2) Polvo (1 cucharada)
 - 3) Líquido (1 cucharada o 10ml)
 - 4) Envase (1 Envase 237 ml)
 - 5) Inyectable (1 ampolleta)
 - 6) Gotas (1/2 gotero ó 3 ml)