

ANEXOS

En este acápite se colocan modelos, herramientas, y pautas consideradas como útiles para la gestión del Servicio hospitalario de Alimentación.

La Autora

Anexo 1. Modelo 11-11: Alimentos a confeccionar.

Modelo. 11-11 Ministerio de Salud Pública Dietética		ALIMENTOS A CONFECCIONAR		Fecha:	
Unidad:				—	—
		D	M	A	
MENU	PORCIONES	ALIMENTOS E INGREDIENTES	PER CAPITA	U.M.	CANT.
Observaciones:			Dietista:		

Anexo 2. Modelo de encuesta de opinión sobre el servicio de alimentación en las instituciones de salud.

Datos generales

Nombre de la unidad _____ Tipo _____

Municipio _____ Provincia _____

Fecha _____ Servicio de _____ Sala _____

Preguntas a responder:

1. ¿Considera usted que existe variedad en la preparación de los platos que se le ofertan en la dieta que le indicó su médico? Sí _____ No _____

2. Ha dejado de consumir algún alimento por alguna(s) de las razones siguientes:

Aspecto a evaluar	Sí	No
Mala presentación		
Mala elaboración		
Mal sabor		
Poca higiene		
Menú muy repetido		
Temperatura inadecuada del alimento		
Horario inadecuado		

3. ¿Cuál es su opinión sobre la calidad de la alimentación que recibe en la institución?

Buena _____ Regular _____ Mala _____

Gracias por su cooperación.

Anexo 3. Recomendaciones nutricionales para los pacientes atendidos en las instituciones de salud.

Perfil asistencial	Energía, kcal	Proteínas, g	Grasas, g
Instituciones de breve estadía			
Grupo I			
Hospitales clínico-quirúrgicos, generales y especializados	2,400	72	67
Grupo II			
Hospitales pediátricos	1,800	54	56
Grupo III			
Hospitales gineco-obstétricos	2,400	72	67
Instituciones de estadía prolongada			
Grupo I			
Hogares de ancianos	2,000	60	56
Grupo II			
Hogares de impedidos físicos y mentales y hospitales psiquiátricos	2,400	72	67

Fuente: Zulueta D, Gámez AI, Monterrey P, Terry B, Romero MC, Martín I. Sistema de Vigilancia Alimentario Nutricional en Instituciones de Salud (VANIS). Informe final de proyecto. INHA Instituto de Nutrición e Higiene de los Alimentos. La Habana: 2002.

Anexo 4. Grupos básicos de alimentos.

Grupo	Descripción
I	Cereales: Arroz, maíz seco, harina de trigo, pan, galletas, pastas alimenticias, avena Viandas: Papa, malanga, boniato, yuca, ñame, plátano
II	Vegetales de hojas: Acelga, apio, berro, berza, col, espinaca, lechuga Otros vegetales: Brócoli, berenjena, coliflor, calabaza, guisantes tiernos, habichuela, pimiento, pepino, quimbombó, rábano, tomate, remolacha, zanahoria
III	Frutas cítricas: Naranja, limón, mandarina, toronja, lima Otras frutas: Acerola, anón, anoncillo, canistel, caimito, ciruela, chirimoya, fruta bomba, guayaba, guanábana, mango, mamey, melón, marañón, níspero, tamarindo, piña, uva
IV	Carnes: Res, cerdo, caballo, carnero, conejo, pescado, aves, vísceras, huevo, productos elaborados con soya (texturizado) Leguminosas: Frijoles de todos colores, garbanzo, chícharo, lenteja
V	Lácteos: <ul style="list-style-type: none"> • Leche, yogur • Quesos: blanco y amarillo. • “Leche y yogur” de soya • Pastas untables de soya
VI	Grasas: Aceites de todos tipos, manteca de cerdo, manteca pastelera, mantequilla, margarina, queso crema, aguacate, coco seco
VII	Azúcares: Azúcar refino o turbinada, miel, almíbar, caramelos, refrescos de cualquier tipo Dulces: Mermeladas, dulces de harina, bombones, turrones, otros

Anexo 5. Porciones de referencia para cada grupo básico de alimentos.

Grupo	Porción de referencia	Peso, gramos
Grupo I Cereales y viandas	Arroz: 1 Taza	160
	Pan, suave, redondo: 1 unidad	80
	Galletas de sal: 10 unidades	50
	Espaguetis, coditos, o cualquier otra forma de pasta: 1 Taza	170
	Papa, hervida, entera: 1 unidad de tamaño mediano	200
	Papa, puré: 1 Taza	200
	Plátano, vianda: 1 unidad de tamaño pequeño	50
	Otras viandas cocinadas: 1/2 Taza	150
Grupo II Vegetales	Vegetales de hoja: 1 Taza	60
	Pepino: 6 ruedas	60
	Tomate, pimiento, o zanahoria: 1 unidad de tamaño mediano	100
	Calabaza, remolacha o habichuela: 1/2 Taza	100
Grupo III Frutas	Naranja: 1 unidad de tamaño mediano	100
	Mandarina: 1 unidad de tamaño pequeño	100
	Toronja: 1/2 unidad	100
	Limón: 2 unidades de tamaño mediano	200
	Plátano, fruta: 1 unidad de tamaño mediano	100
	Guayaba: 1 unidad de tamaño mediano	100
	Melón de agua: 1 Taza	150
	Fruta bomba: 1/2 Taza	100
	Piña, picadita en trozos: 1/2 Taza	70
	Mango: 1/2 unidad de tamaño mediano	145
Grupo IV Carnes, pescado, pollo, huevo y frijoles	Carnes, vísceras: 3 cucharadas	30
	Aves: 1 muslo de tamaño pequeño	40
	Pescado: 1/2 de tamaño mediano	60
	Huevo: 1 unidad	50
	Potaje de frijoles u otra leguminosa, drenada: 1 Taza Equivale a 1/2 taza de granos, sin caldo	120
Grupo V Leche, yogurt, quesos	Leche fluida, yogurt: 1 Taza	240
	Leche, en polvo: 4 cucharadas rasas	24
	Queso: 1 lasca	30
Grupo VI Grasas	Aceite: 1 cucharada	14
	Manteca: 1 cucharada	14
	Mayonesa o mantequilla: 1 cucharada	14
	Queso, crema: 2 cucharadas	28
Grupo VII Azúcares y dulces	Azúcar: 1 cucharada	12
	Sirope para refresco: 1 cucharada	20
	Miel: 1 cucharada	20
	Panetela, simple: 1/3 unidad	15

Anexo 6. Aporte de energía y macronutrientes de las porciones de referencia en cada grupo básico de alimentos.

Grupo de alimentos	Energía	Proteínas	Grasas	Hidratos de carbono
	kcal	gramos	gramos	gramos
Cereales	198	5	1	41
Viandas	156	3	0	38
Promedio (Cereales + viandas)	177	4	1	39
Vegetales	20	1	0	4
Frutas	69	1	0	18
Carnes rojas	82	7	6	0
Carnes blancas	61	7	3	0
Huevo	82	6	6	1
Promedio (Carnes + huevo)	75	7	5	0
Frijoles	137	9	1	24
Leche en polvo (entera)	120	7	5	14
Yogur	120	7	5	14
Leche en polvo (descremada)	87	9	0	12
Quesos	112	7	9	1
Promedio (Leches + quesos)	110	7	5	10
Grasas	126	0	14	0
Azúcares y dulces	48	0	0	12

Anexo 7. Patrón para una dieta básica de 2400 kilocalorías orientada al paciente hospitalizado.

Grupo de alimento	Número de porciones	Alimentos
Cereales y viandas	6	Pan: 2 unidades Arroz: 1 Taza Pastas alimenticias: 1 Taza Papa, tamaño mediano: 1 unidad Boniato: ½ Taza
Vegetales	2	Tomate, tamaño mediano: 1 unidad Vegetales de hoja: 1 Taza
Frutas	2	Frutabomba: ½ Taza Naranja: 1 unidad
Carnes, aves, pescados, huevos y frijoles	4	Pescado: 2 onzas Huevo: 1 unidad Frijoles (drenados): ½ Taza
Lácteos	2	Leche: 1 Taza Yogur: 1 Taza
Grasas	3	Aceite: 2 cucharadas Mayonesa: 1 cucharada
Azúcar y dulces	4	Azúcar: 2 cucharadas Mermeladas de frutas: 4 cucharadas

Anexo 8. Patrones para dietas de diferentes contenidos energéticos para la alimentación del trabajador hospitalario.

Contenido energético	Grupo de alimentos	Número de porciones	Descripción
900 Kcal	Cereales y viandas	2	Arroz: 1 Taza Papa: ½ Taza Pan: ½ unidad
	Vegetales	1	Vegetales de hoja: 1 Taza
	Frutas	1	Plátano, fruta: 1 unidad
	Carnes, aves, pescados, huevos y frijoles	2	Pescado: 1 onza Frijoles (drenados): ½ Taza
	Grasas	1	Aceite: 1 cucharada
	Azúcar y dulces	3	Panetela, simple: 1 unidad
1,200 Kcal	Cereales y viandas	3	Pan: 1 unidad Arroz: 1 Taza Papa: 1 Taza
	Vegetales	1	Vegetales de hoja: 1 Taza
	Frutas	1	Plátano, fruta: 1 unidad
	Carnes, aves, pescados, huevos y frijoles	2	Huevo: 1 unidad Frijoles (drenados): ½ Taza
	Grasas	2	Aceite: 2 cucharadas
	Azúcar y dulces	3	Panetela, simple: 1 unidad
3,000 Kcal	Cereales y viandas	7	Pan: 3 unidades Arroz: 2 Tazas Papa: 1 Taza Boniato: ½ Taza
	Vegetales	2	Vegetales de hoja: 1 Taza Tomate, tamaño mediano: 1 unidad
	Frutas	2	Frutabomba: ½ Taza Naranja: 1 unidad
	Carnes, aves, pescados, huevos y frijoles	5	Pescado: 3 onzas Huevo: 1 unidad Frijoles (drenados): ½ Taza
	Leche, yogurt, quesos	2	Leche: 1 Taza Yogur: 1 Taza
	Grasas	4	Aceite: 2 cucharadas Mayonesa o mantequilla: 2 cucharadas
	Azúcar y dulces	8	Azúcar: 2 cucharadas Mermeladas de frutas: ½ Taza Panetela, simple: 1 unidad

Anexo 9. Factores de conversión del alimento crudo en listo para el consumo. Se muestran los factores de conversión de alimentos seleccionados.

Producto	Peso bruto, crudo	Peso bruto, congelado	Factor de conversión *	Peso a servir **	Peso neto, comestible
	gramos	gramos		gramos	gramos
Chocolate para leche	5	-	-	-	-
Leche en polvo	23	-	-	240	240
Mantequilla	10	-	-	10	10
Mayonesa	10	-	-	10	10
Pan	80	-	-	80	80
Queso amarillo	32	-	0.94	30	30
Queso crema, de soya	30	-	-	30	30
Sirope	52	-	4.00	207	207
Arroz	75	-	2.15	160	160
Granos	55	-	2.24	200	120
Fideos	15	-	4.60	200	70
Pastas alimenticias	70	-	2.66	-	200
Harina de maíz, para dulce	16	-	4.92	-	105
Dulce conserva	80	-	-	80	80
Polvo para natilla	50	-	-	-	-
Carne de res, filete	-	115	0.52	-	60
Carne de res, troceada	-	130	0.46	-	60
Cerdo	-	250	0.32	80	60
Filete de pescado	-	120	0.50	60	60
Hamburguesa conformada	-	120	-	100	100
Hígado de res	-	85	0.8	-	60
Huevo, revoltillo o tortilla, 1 unidad	50	50	0.8	40	40
Jamón Visking	63	-	0.95	60	60
Jamonada	63	-	0.95	60	60
Jurel congelado y eviscerado, sin cabeza	-	145	0.41	97	60
Jurel congelado, con cabeza	-	180	0.34	97	60
Jurel en conserva	1	-	-	-	60

Leyendas:

* El factor de conversión incluye las pérdidas por congelación.

** Se acepta una desviación de ± 5 gramos en el pesaje cuando está servido.

Para conocer el peso bruto (crudo) a utilizar según la ración a servir se debe dividir la cantidad neta (comestible) del alimento por el factor de conversión.

Para conocer el peso neto (comestible) que rinde una cantidad bruta de un alimento determinado, se debe multiplicar la cantidad bruta (cruda) por el factor de conversión.

Anexo 9. Factores de conversión del alimento crudo en listo para el consumo. Se muestran los factores de conversión de alimentos seleccionados (Continuación).

Producto	Peso bruto, crudo	Peso bruto, congelado	Factor de conversión *	Peso a servir **	Peso neto, comestible
	gramos	gramos		gramos	gramos
Picadillo, MDM	-	58	0.62	-	35
Pavo, contramuslo	-	125	0.48	-	60
Pavo, muslo	-	165	0.36	-	60
Pavo, pechuga	-	115	0.52	-	60
Pavo entero	-	140	0.43	-	60
Picadillo de pescado	-	90	0.66	-	60
Picadillo de res de primera	-	90	0.69	-	60
Picadillo de res de segunda	-	85	0.71	-	60
Pollo, contramuslo	-	130	0.46	-	60
Pollo, muslo y contramuslo	-	160	0.38	-	60
Pollo, muslo	-	170	0.35	-	60
Pollo, pechuga	-	110	0.56	-	60
Pollo entero	-	180	0.33	-	60
Proteína vegetal texturizada	-	10	3.33	-	33
Salchicha	45	-	1.00	45	45
Papa	270	-	0.74	-	200
Plátano vianda	240	-	0.62	-	150
Plátano burro	215	-	0.70	-	150
Boniato	165	-	0.60	-	100
Malanga	140	-	0.70	-	100
Yuca	170	-	0.65	-	100

Leyendas:

* El factor de conversión incluye las pérdidas por congelación.

** Se acepta una desviación de ± 5 gramos en el pesaje cuando está servido.

Para conocer el peso bruto (crudo) a utilizar según la ración a servir se debe dividir la cantidad neta (comestible) del alimento por el factor de conversión.

Para conocer el peso neto (comestible) que rinde una cantidad bruta de un alimento determinado, se debe multiplicar la cantidad bruta (cruda) por el factor de conversión.

Anexo 9. Factores de conversión del alimento crudo en listo para el consumo. Se muestran los factores de conversión de alimentos seleccionados (Continuación).

Producto	Peso bruto, crudo gramos	Peso bruto, congelado gramos	Factor de conversión *	Peso a servir ** gramos	Peso neto, comestible gramos
Aguate	140	-	0.70	-	100
Berenjena	115	-	0.87	-	100
Berro	80	-	0.74	-	60
Calabaza	145	-	0.69	-	100
Col	80	-	0.72	-	60
Habichuela	115	-	0.88	-	100
Lechuga	70	-	0.85	-	60
Pepino	70	-	0.85	-	60
Quimbombó	70	-	0.88	-	60
Rábano	100	-	0.60	-	60
Remolacha	150	-	0.66	-	100
Tomate	105	-	0.98	-	100
Zanahoria	120	-	0.83	-	100
Fruta bomba	150	-	0.65	-	100
Mango	180	-	0.55	-	100
Melón	325	-	0.46	-	150
Naranja	165	-	0.60	-	100
Piña	130	-	0.53	-	70
Plátano fruta	175	-	0.56	-	100
Toronja	165	-	0.60	-	100
Ají	-	-	0.82		
Ajo	-	-	0.98		
Cebolla	-	-	0.87		
Tomate de cocina	-	-	0.85		
Aceite	32	-	-	-	-
Harina de trigo	20	-	-	-	-

Legendas:

* El factor de conversión incluye las pérdidas por congelación

** Se acepta una desviación de ± 5 gramos en el pesaje cuando está servido.

Para conocer el peso bruto (crudo) a utilizar según la ración a servir se debe dividir la cantidad neta (comestible) del alimento por el factor de conversión.

Para conocer el peso neto (comestible) que rinde una cantidad bruta de un alimento determinado, se debe multiplicar la cantidad bruta (cruda) por el factor de conversión.

¹ Ver contenido escurrido del envase.

Anexo 10. Planificación de alimentos para la oferta de un desayuno en los hospitales clínico-quirúrgicos en un período de 30 días

Categoría	Cantidad
Pacientes (dieta básica)	
Acompañantes	
Trabajadores, salientes de guardia	

Producto	ASIGNACION										
	Pacientes			Acompañantes			Trabajadores			UM	Total
	(g)	Frec.	Dem.	(g)	Frec.	Dem.	(g)	Frec.	Dem.		
Café	5	45	-	5	30	-	5	24	-		
Leche en polvo	23	30	-	-	-	-	-	-	-		
Chocolé	5	15	-	-	-	-	-	-	-		
Lactosoy	-	-	-	40	15	-	40	12	-		
Mezcla para batido	-	-	-	40	15	-	40	12	-		
Pan	80	30	-	80	30	-	80	24	-		
Mantequilla	10	10	-	10	10	-	-	-	-		
Margarina de soya	-	-	-	-	-	-	10	12	-		
Mayonesa	10	10	-	10	10	-	10	12	-		
Queso crema, natural	20	10	-	20	10	-	-	-	-		
Azúcar	20	30	-	17	30	-	17	24	-		

Anexo 11. Planificación de alimentos para la oferta de una merienda matutina en los hospitales clínico-quirúrgicos en un período de 30 días.

Categoría	Cantidad
Pacientes	
Trabajadores de servicio	

Producto	ASIGNACION							UM	Total
	Pacientes			Trabajadores					
	(g)	Frec.	Dem.	(g)	Frec.	Dem.			
Yogur de soya	240	9	-	240	12	-			
Leche en polvo	23	5	-	-	-	-			
Sirope para refresco	60	8	-	60	12	-			
Frutas naturales	200	8	-	-	-	-			
Pan	-	-	-	80	24	-			
Mayonesa	-	-	-	10	12	-			
Mantequilla	-	-	-	10	12	-			

Anexo 12. Planificación de alimentos para la oferta de almuerzos y comidas en los hospitales clínico-quirúrgicos en un período de 30 días.

Categoría	Cantidad
Pacientes (dieta básica)	
Acompañantes	
Trabajadores total	

Productos	ASIGNACION									UM	Total
	Pacientes			Acompañantes			Trabajadores				
	(g)	Frec.	Dem.	(g)	Frec.	Dem.	(g)	Frec.	Dem.		
Arroz	75	56	-	75	56	-	75	44	-		
Frijoles	54	30	-	54	48	-	54	36	-		
Fideos para sopas	15	15	-	15	8	-	15	8	-		
Pastas alimenticias	70	4	-	70	4	-	70	4	-		
Chorizo	60	4	-	60	4	-	60	4	-		
Carne de res	140	8	-	-	-	-	-	-	-		
Pollo	160	18	-	160	16	-	160	12	-		
Salchicha	45	6	-	45	6	-	45	6	-		
Huevo (unidad)	1	8	-	1	8	-	1	8	-		
Cerdo en banda	210	6	-	210	4	-	210	4	-		
Pescado, sin cabeza	145	5	-	145	5	-	145	4	-		
Pescado, Filete	120	5	-	120	5	-	-	-	-		
Picadillo MDM	-	-	-	58	12	-	58	10	-		
Proteína vegetal texturizada	-	-	-	10	12	-	10	10	-		
Viandas	200	30	-	200	30	-	200	24	-		
Vegetales	100	60	-	100	60	-	100	48	-		
Dulce en conserva	80	18	-	80	18	-	80	16	-		
Dulce de harina	60	18	-	60	18	-	60	16	-		
Harina de maíz, dulce	16	12	-	16	2	-	16	8	-		
Natilla de sabor	50	12	-	50	12	-	12	8	-		
Leche en polvo	10	24	-	10	24	-	10	16	-		
Azúcar para endulzar	24	24	-	24	24	-	24	16	-		
Pan	80	30	-	80	30	-	80	24	-		

Anexo 14. Planificación de alimentos para la elaboración de cenas destinadas al personal de guardia (médicos incluidos) en los hospitales clínico-quirúrgicos en un período de 30 días.

Categoría	Cantidad
Personal de guardia (24 horas)	

Productos	ASIGNACION				
	Trabajadores			UM	Total
	(g)	Frec.	Dem.		
Jamón Visking	30	20	-		
Queso proceso	30	20	-		
Hamburguesa, pollo	60	10	-		
Pepinillo	20	20	-		
Salsa Catsup	10	10	-		
Mostaza	10	10	-		
Pan	80	30	-		
Dulce de harina	60	10	-		
Sirope, refresco	60	10	-		
Yogur de soya	240	10	-		
Helado	90	10	-		

Anexo 15. Planificación de alimentos para la oferta de dietas modificadas en textura y consistencia para los pacientes atendidos en los hospitales clínico-quirúrgicos en un período de 30 días.

Categoría	Cantidad
DIETAS MODIFICADAS	

Productos	ASIGNACION				
	Pacientes			UM	Total
	(g)	Frec.	Dem.		
Carne de res	115	16	-		
Pavo	125	4	-		
Pollo	160	20	-		
Filete de pescado	120	10	-		
Huevo (unidad)	1	20	-		
Queso proceso	30	10	-		
Leche en polvo	23	60	-		
Yogur natural	240	60	-		
Fideo	15	15	-		
Pastas alimenticias	70	10	-		
Arroz	75	50	-		
Frijoles	54	30	-		
Viandas	200	60	-		
Frutas naturales	200	60	-		
Vegetales	100	60	-		
Maicena	16	15	-		
Polvo para natilla	50	20	-		
Mermelada	80	10	-		
Gelatina	20	15	-		
Azúcar	48	30	-		
Aceite	32	30	-		

Anexo 16. Planificación de sazones y aderezos para la elaboración de alimentos en los hospitales clínico-quirúrgicos en un período de 30 días.

Categoría	Cantidad
Pacientes	
Acompañantes	
Trabajadores	

Productos	ASIGNACION							UM	Total
	Pacientes y acompañantes			Trabajadores					
	(g)	Frec.	Dem.	(g)	Frec.	Dem.			
Sal	10	30	-	10	24	-			
Vinagre	5	30	-	5	24	-			
Vino seco	5	30	-	5	24	-			
Puré tomate	15	30	-	15	24	-			
Sofrito	6	30	-	6	24	-			
Comino	0.4	30	-	0.4	24	-			
Orégano	0.4	30	-	0.4	24	-			
Laurel	0.4	30	-	0.4	24	-			
Bijol	0.4	30	-	0.4	24	-			
Especies frescas	2	30	-	2	24	-			
Harina trigo	10	30	-	10	24	-			

Anexo 17. Evaluación nutricional de las asignaciones

Frecuencia de alimentación	Energía	Proteínas totales	Grasas totales	Hidratos de carbono
	(kcal)	(g)	(g)	(g)
<i>Dieta básica para pacientes</i>				
DPC (P:G:HC): 14:18:68				
Desayuno	468	12	16	67
Merienda mañana	121	3	2	23
Almuerzo + Comida	1666	61	27	292
Cena	124	4	3	21
TOTALES	2379	80	48	403
<i>Dieta básica para acompañantes</i>				
DPC (P:G:HC): 11:24:64				
Desayuno	495	10	11	89
Almuerzo + Comida	1986	62	57	305
Cena	401	9	10	67
TOTALES	2882	81	78	461
<i>Dieta básica para trabajadores de guardia (24 horas)</i>				
DPC (P:H:HC): 13:21:66				
Desayuno	508	11	11	76
Merienda mañana	392	9	4	79
Almuerzo + Comida	2002	64	59	303
Cena	586	20	15	92
TOTALES	3488	105	79	550
<i>Dieta modificada</i>				
DPC (P:G:HC): 14:27:59				
TOTALES	2442	82	71	357

Anexo 18. Reglas de Oro de la Higiene de los Alimentos.

1. Garantizar la limpieza de las áreas de los alimentos, especialmente la superficie que contacta con los productos alimenticios. Se deben mantener las condiciones estructurales del servicio de alimentación, junto con la organización del trabajo, que faciliten la higiene en estas áreas.
2. Los manipuladores de alimentos mantendrán buenos hábitos sanitarios y una presencia higiénica. Se lavarán correctamente las manos y protegerán sanitariamente a los alimentos.
3. Se utilizarán sólo materias primas y agua de buena calidad sanitaria, que procederán de fuentes conocidas como confiables, y con posibilidades de garantizar su trazabilidad.
4. Evitar la manipulación excesiva o directa de los alimentos. Se deben emplear utensilios, guantes, u otros medios de protección.
5. Los alimentos se conservarán correctamente a la temperatura correspondiente según el tipo, con los cuidados requeridos para evitar su contaminación o deterioro.
6. La cocción de los alimentos debe ser uniforme y completa, a más de 70 grados en su centro térmico.
7. Los vegetales y las frutas se lavarán correctamente. Se les aplicará agua corriente de forma tal que se elimine toda la tierra, polvo, u otra suciedad que puedan contener.
8. Se evitará la contaminación cruzada de los alimentos listos para el consumo. Los alimentos ya cocinados no deben contactar (directa o indirectamente) con los crudos, o en las distintas fases del proceso de elaboración.
9. Los alimentos se preservarán a temperatura de seguridad. Los alimentos fríos se conservarán a menos de 5°C. Por su parte, los alimentos que se sirven calientes se mantendrán a más de 60°C.
10. Evitar tiempos prolongados entre la elaboración y el consumo de los alimentos. Los alimentos deben servirse y consumirse preferiblemente antes de las dos horas de elaborados.