

# MenusPlus 8 - Manual de Usuario Comunidad Web Ltda

Copyright © 2021 Comunidad Web Ltda. Reservados todos los derechos.

# Tabla de contenido

Bienvenido a MenusPlus	. 6
Comenzar a usar MenusPlus	. 6
Introducción	. 6
Acerca de MenusPlus	. 6
Requerimientos del equipo	. 6
¿Por qué utilizar MenusPlus?	. 7
Confiabilidad del análisis nutricional	. 7
Analice desde un alimento hasta un ciclo de menús	. 7
Diseño intuitivo de un menú	. 7
Trabaie con alimentos personalizados y costo del menú	. 8
Exportar a excel los menús de un provecto	. 8
Conjas de seguridad	. 8
Busque alimentos y modifíguelos fácilmente	. 8
Análisis con gráfico nutricional	9
Visualizar varios provectos de menús	. 9
Actualización en línea	. 9
Importar menús desde un archivo Excel	ġ
Importar alimentos desde un archivo de Excel	9
Sonorte Técnico	ġ
Características	10
Alimentos	10
Alimentos nerconalizados	10
Drenaracciones nerconalizados	10
Grupos do porsonas	10
Giupos de personas	10
Nutriontos disponiblos	10
Ciclo do monúc	11
Licio de menus	11
Nerrienes de MenuePlus	11
iQué hay de nueve en MenuePlue 92	11
¿Cue nay de nuevo en Menusplus o?	12
CCOMO COMPTAT MEMUSPIUS:	10
Descripcion de la interiaz de usuario	10
Barra de opciones	17
	1/
	18
Nuevo proyecto	18
	18
Propiedades del proyecto	19
Ver	19
Ayuda	20
Barra de herramientas	20
Agregar	21
Reportes	21
Panel Inspector	21

Panel izquierdo	22
Panel Aportes del menú	22
Panel Buscar	24
Panel Más utilizados	25
Panel Fuentes de alimentos	26
Barra de estado	26
Panel Problemas de diseño	27
¿Cómo activar MenusPlus Profesional o Empresarial?	29
Activación por Internet	29
Mover Licencia	30
Usando MenusPlus	32
Proyectos de Menús	32
Nuevo Provecto	33
Abrir Provecto	34
Guardar Provecto	35
Guardar Provecto como	35
Realizando Copias de Seguridad	36
Restaurando Copias de Seguridad	37
Abriendo Provectos Recientes	38
Grupos de Personas	39
Gestión de Menús	42
Operaciones	42
Agregando menús	42
Agregando tiempos de comida, grupos de alimentos	43
Agregando anotaciones	45
Agregando alimentos	46
Cambiar alimento	48
Agregando preparaciones	51
Modificar	53
Editar en grilla	59
Eliminar	62
Recomendaciones	62
Consultar recomendaciones RIEN	64
Deshacer	65
Rehacer	65
Mover Arriba	65
Mover Abaio	65
Expandir	65
Contraer	66
Personalizar preparación	66
Convertir en alimento personalizado	68
Pestaña Nutrientes	70
Pestaña Precio	71
Pestaña Medidas caseras	72
Pestaña Factores cocido	73
Pestaña Análisis 100g	73
Importando menús desde archivos Excel	73

Importar formato con menús	. 75
Importar formato de ciclo de menús	. 86
Importar formato de ciclos de menús con grupos de alimentos	. 89
Buscar	. 92
Más utilizados	. 95
Generar reportes	96
Módulo de Alimentos Personalizados	99
Agregando Alimentos	100
Buscar alimento fuente	102
Nutrientes personalizados	103
Medidas caseras	108
Factor cocido	110
Listado final de nutrientes	111
Modificar	111
Buscar	112
Importando alimentos desde archivo excel	113
Cargar archivo de preparaciones	119
Realizando copias de seguridad	121
Restaurando copias de seguridad	123
Exportando Alimentos	125
Módulo Preparaciones Personalizadas	125
Expandir	127
Contraer	129
Buscar	129
Actualizando MenusPlus	130
Usos avanzados	132
Métodos abreviados de teclado	132
Deshabilitar envío de datos de uso	134
Anexos	136
Variables	136
Nutrientes	137
Macros	139
Tablas de Composición Química de Alimentos	140
ICBF 2005	140
ICBF 1978	141
USDA SR 17	142
ICBF 2015	143
USDA SR 28 (2015)	143
ICBF 2018	143
Glosario	143
Adecuación	144
Alimento personalizado	144
Acceptable Macronutrient Distribution Range (AMDR)	144
Anotación	144
Contenedor	144
Contenedor Tiempo de Comida	144
Factor Grasa Vegetal	144

Factor Proteína Animal	145
Fuente de Nutrientes	145
Recomendación	145

# **Bienvenido a MenusPlus**

MenusPlus es un software de **elaboración de menús saludables** que permite construir rápidamente **ciclos de menús** para diferentes **grupos de edad** sin preocuparse por los cálculos de análisis químico de alimentos.

Esta documentación esta diseñada para que usted pueda aprender rápidamente MenusPlus como un nuevo usuario o mejorar sus conocimientos.

### **Comenzar a usar MenusPlus**

# Nuevo en MenusPlus

- Lea la sección de Introducción para conocer mas de MenusPlus, sus diferente versiones y los requerimientos de sistema.
- Siga las guías de inicio rápido para familiarizarse en los procesos de creación y generación de menús.

# Usuario de versiones anteriores de MenusPlus

- Lea la sección ¿Qué hay de nuevo en MenusPlus 8? para una vista rápida de los mayores cambios.
- Vaya a <u>Usando MenusPlus</u> para que se familiarice con la nueva versión.

# Introducción

### Acerca de MenusPlus

MenusPlus es un programa que permite realizar la adecuación nutricional y el costeo de de ciclos de menús y dietas de una formar rápida, confiable y que permite generar reportes de Excelso.

MenusPlus comenzó como una tesis de grado de la facultad de ingeniera (Departamento de Ingeniería de Sistemas) de la Universidad Nacional de Colombia, con apoyo de la Facultad de Medicina (Departamento de Nutrición y Dietética).

La primera versión de MenusPlus se terminó de desarrollar en el año 2001 (Tesis Meritoria).

Desde el 2001 hasta la fecha MenusPlus ha estado en una continua evolución, incluyendo características para hacer más sencillo el análisis nutricional y el diseño de menús.

# **Requerimientos del equipo**

Requisitos del sistema de MenusPlus 8:

- Sistema operativo: Windows 10, 8.1, 8, 7 SP 1.
- .NET Framework 4.7.2 <u>Descargar en este enlace</u>.
- 2 GB de RAM (se recomienda 8 GB o más).
- 100 MB de espacio libre.
- Monitor de 1280 x 768 o superior.

# ¿Por qué utilizar MenusPlus?

MenusPlus le ayudará en el diseño y el análisis nutricional de menús.

Con MenusPlus, una vez ingresada la información de los menús, usted la puede reutilizar en otros proyectos o menús:

- Tiempos de comida
- Preparaciones
- Alimentos
- Recomendaciones
- Menús

A continuación describimos algunas de las características de MenusPlus.

### Confiabilidad del análisis nutricional

Para hacer el análisis nutricional solo se necesita que usted ingrese el peso de cada uno de alimentos.

MenusPlus hace automáticamente todos los cálculos de análisis químico, por lo que se evitan los errores de digitación o de fórmulas cuándo se hace el análisis con Excel

### Analice desde un alimento hasta un ciclo de menús

MenusPlus permite trabajar con:

- Alimentos
- Preparaciones.
- Dietas
- Minutas Patrón
- Minutas Derivadas
- Ciclos de menús.

Con MenusPlus puede agregar todos los menús que necesite en un solo proyecto.

MenusPlus muestra todos los menús del proyecto, en cada menú se tiene el detalle del análisis nutricional, la recomendación y la adecuación.

#### Diseño intuitivo de un menú

En MenusPlus un menú (o dieta) se elabora usando estructura de árbol, como la estructura de las carpetas en el Explorador de Windows.

En MenusPlus los contenedores son como carpetas del Explorador de Windows.

Dentro de un contenedor se pueden agregar otros contenedores o alimentos.

Los contenedores sirven generalmente para definir los tiempos de comidas y las preparaciones de un menú, dependiendo de su ubicación en la estructura del menú.

MenusPlus muestra para cada uno de los contenedores y alimentos la información nutricional.

MenusPlus permite tanto copiar y pegar como arrastrar y soltar contenedores y alimentos.

MenusPlus permite ingresar la recomendación de un menú y automáticamente calcula su adecuación.

### Trabaje con alimentos personalizados y costo del menú

MenusPlus permite agregar alimentos que no estén en las tablas de composición química. Unicamente se requiere ingresar su información nutricional. Estos se denominan Alimentos Personalizados.

MenusPlus también permite complementar la información nutricional de alimentos existentes en las tablas de composición química.

Los Alimentos Personalizados permiten definir el precio, por lo que permiten calcular el costo de un menú.

#### Exportar a excel los menús de un proyecto

MenusPlus permite exportar un menú en un archivo Excel.

El programa permite seleccionar entre varias plantillas para generar la información del menú.

Se pueden generar reportes para un menú o para cada uno de los menús del proyecto.

Entre las plantillas que ofrece MenusPlus destacan las siguientes:

- Análisis Nutricional Detallado: Muestra la información del menú incluyendo los nutrientes más utilizados, las recomendaciones y adecuaciones.
- Lista de Mercado: Muestra el peso total de los alimentos utilizados en el menú incluyendo su precio y unidad de compra. El reporte permite ingresar el número de menús a servir para saber la cantidad total de alimentos que se van a consumir y su costo.

Se puede ajustar el formato de presentación de las plantillas.

Comunidad Web puede diseñar plantillas personalizadas para que usted pueda generar reportes con información particular de los menús.

#### **Copias de seguridad**

Antes de guardar los cambios en el proyecto, MenusPlus guarda automáticamente una copia de seguridad del proyecto.

MenusPlus también hace copias de seguridad de los alimentos personalizados.

#### **Busque alimentos y modifíquelos fácilmente**

MenusPlus permite buscar elementos, como contenedores y alimentos, en todos los menús de un proyecto.

MenusPlus muestra un listado con todos los elementos encontrados, indicando el menú y preparación en que se encuentran, el tipo de elemento, su descripción y su peso.

Con cada elemento se puede:

- **Modificar**: MenusPlus permite modificar un resultado de la búsqueda, como alimentos y preparaciones, sin necesidad de abrir el menú en que están definidos.
- Arrastrar y soltar: MenusPlus permite arrastrar un resultado de la búsqueda, como un alimento o una preparación y soltarlo sobre un menú. De esta forma se pueden agregar fácilmente alimentos y preparaciones en un ciclo de menús.
- **Copiar**: MenusPlus permite copiar un elemento

Adicionalmente MenusPlus permite seleccionar varios resultados de la búsqueda y cambiar sus valores a la vez, esto permite por ejemplo cambiar fácilmente la porción de un alimento en todos los menús del proyecto.

# Análisis con gráfico nutricional

MenusPlus permite hacer un análisis de cualquier elemento de un menú con un gráfico nutricional.

Los gráficos nutricionales que tiene el programa son:

- VCT: Valor Calórico Total de las Proteínas, Grasas y Carbohidratos.
- Básico (P,G,C): Muestra la cantidad de Proteínas, Grasas y Carbohidratos.
- Macronutrientes: Muestra la cantidad de Agua, Proteínas, Grasas, Carbohidratos, Fibra y Cenizas.
- **Micronutrientes**: Muestra la cantidad de Calcio, Fosforo, Hierro, Sodio, Potasio, Cloro, Magnesio, Zinc, Vitamina. D, Vitamina K1, Vitamina. C, Niaciana, Vitamina. B6, Colina, Taruina, Carnitina, Nucleótidos y Ácido Linoleico.

MenusPlus permite agregar nuevos gráficos nutricionales.

#### Visualizar varios proyectos de menús

MenusPlus se puede ejecutar varias veces en un mismo computador para trabajar en varios proyectos simultáneamente.

Se puede copiar y pegar información entre los programas de MenusPlus.

#### Actualización en línea

MenusPlus tiene la opción de buscar actualizaciones del programa. Si encuentra en el sitio Web una versión más reciente puede descargarla e instalarla.

#### Importar menús desde un archivo Excel

MenusPlus permite importar un ciclo de menús existente desde archivo Excel.

MenusPlus analiza la hoja de cálculo de Excel en la cual los menús estén ingresados uno después de otro.

MenusPlus detecta la siguiente información de la hoja de cálculo:

- Nombre del menú
- Tiempo de comida.
- Preparación.
- Alimento por código de la tabla de composición química ICBF 2005.
- Alimento personalizado, agregado previamente a MenusPlus.
- Alimentos no encontrados, MenusPlus permite asociarlos a alimentos personalizados nuevos o existentes.

Los menús importados se agregan al proyecto actual.

#### Importar alimentos desde un archivo de Excel

MenusPlus permite importar desde un archivo de Excel un listado de alimentos que no estén en las tablas de composición química de alimentos.

Estos nuevos alimentos son agregados como alimentos personalizados.

# **Soporte Técnico**

- Correo electrónico: <u>soporte@comunidadweb.com</u>
- Teléfono: (57) 305-3500000
- Dirección: Calle 73 72 38 oficina 202.
- Ciudad: Bogotá (Colombia)

• Sitio Web: <a href="https://www.menusplus.net/">https://www.menusplus.net/</a>

# Características

Las caractetisticas mas destacadas de MenusPlus son las siguientes.

### Alimentos

- Tablas de composición de alimentos colombianos (TCAC 2018, TCAC 2015, TCAC 2005, ICBF 1978).
- Tabla de composición de alimentos USDA.

### Alimentos personalizados

- Incluir alimentos que no están en las tablas de composición (alimentos personalizados).
- Personalizar las características de un alimento (nutrientes, precios, parte comestible, factor cocido, entre otras).
- Convertir alimentos de tablas de composición en Alimentos Personalizados.
- Importe información de alimentos desde un archivo Excel.

### Preparacciones personalizadas

- Guardar preparaciones para agregarlas fácilmente en nuevos menús.
- Importar información de preparaciones desde un archivo Excel.

### **Grupos de personas**

- Sirve para representar grupos de edad o para condiciones de la dieta (hipoglusida, hiposódica, blanda, entre otras).
- Utilice el mismo ciclo de menús para más de un grupo de edad.
- Análisis químico, recomendación y adecuación por grupo.
- Reportes diferentes por cada grupo.
- Importe información de los grupos desde un archivo Excel.

#### **Generar reportes**

- **Análisis Nutricional**: Reporte del análisis químico, la recomendación y adecuación del menú por tiempo de comida, componente, preparación y alimento.
- Alimentos Utilizados: Reporte de los alimentos utilizados en el ciclo de menús.
- Etiqueta nutricional: Reporte para el etiquetado nutricional de alimentos y preparaciones.
- Formatos PAE: Formatos de Análisis Nutricional, Guía de preparación y Planeación ciclo de menús.
- **Ciclo de menús**: Muestra un reporte con los menús del ciclo organizados por semanas , tiempos de comida y preparaciones.
- Lista de Mercado: Permite generar un reporte que totaliza la cantidad de alimentos para el ciclo de menús. Se se pueden definir la cantidad de usuarios por grupo de edad, los precios, la parte comestible. También genera la lista de preparaciones por menú.

### **Nutrientes disponibles**

- Calorías, proteínas, grasas, carbohidratos.
- **Grasas**: Colesterol, monoinsaturada, grasa poliinsaturada, grasa saturada Poliinsaturada, Grasa Saturada,
- Vitaminas Liposolubles: Vitamina A, vitamina D, vitamina E, vitamina K1
- Vitaminas Hidrosolubles: Tiamina, riboflavina, niacina, ácido pantoténico, vitamina b6, vitamina B12,

folato, vitamina C.

• **Minerales**: Calcio, fósforo, magnesio, hierro, zinc, selenio, cobre, yodo, flúor, sodio, potasio, agua, fibra y otros 61 nutrientes.

### Ciclo de menús

- Diseñar el ciclo de menús:
  - Semanas, menús, tiempos de comida, componentes (grupos de alimentos), preparaciones y alimentos.
  - Minuta patrón con promedio ponderado de preparaciones.
- Análisis químico interactivo del ciclo de menús por peso bruto, peso neto y peso cocido
- Recomendación: Recomendación por nutriente con el valor mínimo y el máximo.
  - Recomendaciones de macronutrientes utilizando AMDR.
  - Porcentaje de recomendación por tiempo de comida.
  - Consulta de las recomendaciones RIEN.
- Adecuación: Cálculo de adecuación por nutriente con alertas para inadecuado, adecuado y sobreadecuado.
- Costo de los menús.
- Importar información del ciclo de menús desde Excel.

### Herramientas

- **Ciclo de menús**: Permite visualizar los menús diseñados en una sola vista, incluyendo los tiempos de comida, las preparaciones y los alimentos.
- Preparaciones utilizadas: Muestra cuantas veces se ha utilizado la preparación en el ciclo.
- Alimentos utilizados: Muestra cuantas veces se ha utilizado el alimento en el ciclo.
- Gráfico nutricional: Análisis químico de los nutrientes en seleccionado con un gráfico.

# **Versiones de MenusPlus**

Están disponibles tres versiones de MenusPlus

- <u>MenusPlus Personal</u>: Esta versión es completamente libre para uso personal unicamente.
- <u>MenusPlus Profesional</u>: Versión licenciada completamente funcional.
- <u>MenusPlus Empresarial</u>: Versión licenciada con todas las características.

# **MenusPlus Personal**

- No puede utilizar para fines comerciales o para cualquier tipo de compensación.
- Hasta cinco menús por proyecto.
- Hasta 60 alimentos por menú.
- Sin limite de nutrientes.
- Tablas de Composición Química de Alimentos:
  - o Colombianos (TCAC) **2018**, 2015, 2005 y 1978.
  - o USDA National Nutrient Database for Standard Reference, Release 28
- Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes para la población colombiana (RIEN 2016).
- Vista de ciclo de menús.

# **MenusPlus Profesional**

- Puede ser usada para propósitos comerciales
- Incluye todas las características de la versión Personal.
- Sin limite de menús por proyecto.
- Sin limite de alimentos por menú.
- Agregar alimentos personalizados con su composición nutricional.
- Agregar preparaciones personalizadas.
- Generación de reportes.

# **MenusPlus Empresarial**

- Puede ser usada para propósitos comerciales
- Incluye todas las características de la versión Profesional.
- Grupos de personas.
- Generación del reporte "Lista de mercado".
- Grupos de personas.
- Vista de Grupos de personas.

# ¿Qué hay de nuevo en MenusPlus 8?

# Nueva Interfaz de usuario

- Interfaz de usuario mejorada para que utilice más los ciclo de menús y tenga más espacio al trabajar con los proyectos.
  - Vistas: Permiten cambiar el modo de trabajo de MenusPlus. Las vistas disponibles son:
    - **Detalles**: Muestra la información detallada de cada elemento del proyecto.. Es la vista por defecto.
    - Ciclo: Muestra la vista de ciclo de menús cada elemento es un resumen de la estructura del menú (tiempos de comida, componentes, preparaciones y alimentos). Las columnas contienen la información correspondiente de la estructura en cada menú.
    - **Vista doble**: Muestra una vista combinada de detalles y de ciclo.
- Aviso de nueva versión: Al iniciar el programa MenusPlus busca si hay nuevas versiones disponibles con un aviso en la pantalla principal.
- Nueva interfaz de usuario: Se mejoró la facilidad de uso de muchas características de MenusPlus .
- Pestaña Archivo Comenzar: Se agruparon las tareas por tareas iniciales, de MenusPlus y ayuda.
- **Botón "Ajustar":** Ahora en el botón "Ajustes" se encuentran las opciones de alimentos personalizados y preparaciones personalizadas.
- "Más detalles": Ahora las columnas adicionales se encuentran en la sección de proyecto en la opción "Más detalles".
- "Fuentes de Alimentos" se encuentra como un icono en la parte inferior derecha.
- **Panel Buscar**: Ahora en el panel de búsqueda se puede buscar tanto en el proyecto como en los utilizados.
- El panel de Propiedades ahora es el panel Inspector:
- Nueva interfaz para seleccionar los nutrientes del proyecto.

• **Canal versión preliminar (beta)**: Ahora MenusPlus busca automáticamente nuevas versiones. Si se da clic en la opción de "Consultar actualizaciones" se mira si hay versiones preliminares (beta). De esta manera se pueden probar las nuevas características que estamos trabajando.

# Vista de detalles

- Agregar alimentos: Se puede buscar por el código de la fuente principal de los alimentos personalizados.
- Agregar Alimentos: Se muestra el icono del tipo de alimento y en fuente y código se pone la fuente y código de la fuente si no tiene código de
- **Mejoras en alimentos personalizados**: Se mejoró la interfaz de usuario para agregar y modificar alimentos personalizados. Ahora se puede modificar un alimento personalizado desde el formulario de registro de alimentos.
- **Mejoras en alimentos personalizados**: Se mejoró la interfaz de usuario para agregar y modificar alimentos personalizados. Ahora se puede modificar un alimento personalizado desde el formulario de registro de alimentos.
- Agregar Alimentos: Al dar clic en el "+" de una preparación se muestra un panel para agregar alimentos. También se puede crear un nuevo alimento personalizado en el botón "Crear alimento personalizado".
- Agregar Preparaciones: Al dar clic en el "+" en un tiempo de comida se muestra un panel para registrar preparaciones. También se puede crear una nueva preparación en el botón "Crear preparación".
- **Cambiar Alimento:** Se pueden cambiar un alimento dando clic en el nombre, escribiendo el alimento por el que se va a cambiar y luego se da clic para mostrar el desplegable (también con la fecha abajo) y se escoge el alimento por el que se va a cambiar.
- **Cambiar Alimento:** Ahora MenusPlus pregunta si el cambio de alimento se va a realizar en el alimento actual (por defecto), el menú actual o todo el proyecto.
- Menús: Si se utilizan grupos etarios se muestran pestañas para ver el análisis nutricional del grupo actual.

# Panel Más utilizados al agregar alimento o preparación

- Tanto al registrar alimentos como preparaciones se tiene la pestaña "Más utilizados" la cual permite buscar en los alimentos o preparaciones utilizados en el proyecto.
- MenusPlus agrupa los resultados por el nombre y los ordena desde el más utilizado al menor.
- Para registrar un alimento utilizado, se expande un elemento encontrado y se da doble clic sobre el elemento para utilizar los mismos datos de peso neto, porción y descripción.

# Tiempos de comida

- Si el proyecto existente no tiene definidos tiempos de comida el programa puede cargar tanto los tiempos de comidas como los componentes.
- Permite ajustar los tiempos de comida de menús ya creados.

# Vista de ciclos de menús

- Ahora se puede utilizar el modo de ciclo de menús para modificar los menús agregando preparaciones y alimentos directamente en la grilla.
- Se agregaron las opciones de edición de los elementos directamente en el modo de ciclo de menús.
- Ahora se puede seleccionar directamente las semanas o el proyecto para ver el listado de menús.
- Ahora se pueden agregar directamente preparaciones y alimentos. Si se define un menú como

minuta patrón en los demás menús del ciclo se pueden escoger únicamente las preparaciones definidas en la minuta patrón.

• Expandir y contraer un ciclo de menús desde el elemento seleccionado.

# Alimentos personalizados

- **Nueva interfaz de agregar o modificar alimento personalizado:** El nuevo formulario para alimento personalizado es más sencillo de utilizar, especialmente para definir los nutrientes personalizados.
- Importar alimentos: Se corrigieron problemas al importar información de alimentos personalizados .

# Minuta patrón

- Ahora la minuta patrón tiene una recomendación diferente a la recomendación del proyecto.
- Ahora se puede marcar un menú con la propiedad "Es Minuta Patrón" para que en el modo de ciclos de menús se utilicen las preparaciones directamente en los demás menús y para que en los reportes de ICBF se tome la recomendación de la minuta patrón para completar la información de los formatos.
- Ahora se puede indicar si un menú es la minuta patrón del ciclo de menús. personalizados.

# Importar desde archivo Excel

- Importar: Se actualizaron los formularios de importación para simplificar los pasos al referenciar los códigos de los alimentos.
- Verificación de Menú: Se mejoraron las opciones para verificar el análisis nutricional de archivos de Excel.
- Importar Lista de Menús: Se pueden resolver conflictos con alimentos de tabla.
- Importar listado de menús con componentes.
- Nuevo Importar Cuestionario de Frecuencia de Consumo Diario

# **Generar reportes**

- Formatos de ICBF: Se ajustaron las plantillas de los reportes de ICBF.
- Reporte de alimentos utilizados por proyectα Se agrego un nuevo reporte que permite totalizar en un solo formato los alimentos que se están utilizando en todos los menús que se seleccionen. Este menú es muy útil si se quiere actualizar la información de los alimentos personalizados.
- **Reporte con peso cocido:** Ahora los informes de análisis nutricional muestran el peso cocido si se selecciona para que se muestre la información en el proyecto.

# Panel de Inspector

- Nueva interfaz de ventana del inspector: Se cambió la forma en que se muestran las propiedades de los elementos para que sea más sencillas de leer y cambiar.
- Aportes del menú (antes Recomendaciones): Se hicieron los siguientes ajustes
  - Se puede ingresar el valor mínimo y valor máximo de un nutriente.
  - Se puede ingresar el AMDR (Acceptable Macronutrient Distribution Range) para proteínas, grasas y carbohidratos.
  - Se muestran gráficos de la distribución de macronutrientes.
  - Ahora Total es "Aporte nutricional" y esta al inicio.

- Visualiza la distribución de calorías por macronutrientes del elemento seleccionado.
- Se muestran gráficos de los requerimientos de calorías, proteínas, grasas y carbohidratos.

# **Panel Buscar**

- Proyecto: Ahora la opción de buscar combina tanto la búsqueda en el proyecto como en los alimentos usados en el ciclo actual.
- Proyecto: Se agregó la columna de peso cocido

# Panel Más Usados

- Ahora se puede seleccionar directamente las semanas o el proyecto para calcular el total de alimentos o
  preparaciones utilizadas.
- Se pueden borrar elementos mas usados.
- Se pueden modificar las propiedades de los elementos seleccionados.

# Panel Filtrar tablas de alimentos (nuevo)

• Filtra las tablas de alimentos que se van a utilizar al agregar alimentos.

# Panel de problemas (nuevo)

- Muestra los errores en la estructura del menú, por ejemplo si se agrego una preparación en otra preparación o se tiene un tiempo de comida diferente a los definidos en el proyecto.
- Muestra las estadísticas de los elementos utilizados del proyecto: Alimentos, preparaciones, menús, semanas, personas y visitas.

# Barra de edición (nuevo)

- Muestra los comandos de edición para los elementos seleccionados.
  - o Copiar, cortar pegar.
  - o Borrar
  - o Modificar.
  - Subir, bajar, mover izquierda, mover derecha.
  - o Expandir, Contraer.
- Permite cambiar el alimento seleccionado por otro alimento.
- Permite personalizar el alimento seleccionado o preparación seleccionada.
- Muestra las estadísticas de los elementos utilizados del proyecto: Alimentos, preparaciones, menús, semanas, personas y visitas.

# Vista Preliminar

- **Historia Nutricional:** Permite generar proyecto de MenusPlus para individuos. Se puede ingresar la información de una historia nutricional, y hacer evaluación antropométrica y del estado nutricional. Sirve para hacer el plan de atención nutricional.
- Calcular Recomendaciones para grupos utilizando RIEN(Nuevo): Permite realizar la evaluación de la ingesta de un grupo de personas. La información debe estar ingresada en un proyecto de

MenusPlus de Historias Nutricionales donde cada persona debe tener una visita con al menos un menú de ingesta (se recomiendan dos menús de ingesta no seguidos o tres seguidos).

• Intercambios (Nuevo): Muestra una ventana donde se puede seleccionar un alimento y ver con que alimentos puede ser cambiado. Permite cambiar el nuevo alimento por el alimento actualmente seleccionado en el proyecto. Cambia proporcionalmente las cantidades de acuerdo a la información de las Guías Alimentarias basadas en alimentos (GABA).

# ¿Cómo comprar MenusPlus?

MenusPlus se puede comprar en línea o consignando en un corresponsal bancario, y pagado utilizando varios métodos (tarjetas de crédito, débito, Baloto...).

Una vez completada la transacción, por favor espere hasta 24 horas para que enviemos las instrucciones y la clave de la licencia.

Para obtener más información sobre el proceso de pedido y la compra de MenusPlus, ver la página <u>https://www.menusplus.net/Inicio/#precios</u>

# Descripción de la interfaz de usuario

≡ 1⊡ つ Archivo 🎝 Co	C Dieta infantil.mns - MenusPlus onfiguración × ☴ Ver × ∮ Reportes × ⑦ A	yuda 🗸	1						Q.	Empresarial — 🗆 🗙 Ļ
井 , 법 Agregar Me	법 교 교 enú Preparación Alimento	አ 🖬	i te 🖊 🖂	💼 🛛 🗮 Pe	rsonalizar 🔻	↑↓←	→ ⊠×		Detalles Ciclo	Vista doble Inspecto
Aportes	💾 Proyecto 🔸 DIETA INFANTIL 1 🔸 🍊								く 荘 lr	1spector 🗙
💛 del menú	Elemento		Peso neto	Calorías	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Calcio ^		INFANTIL 1
Q Buscar	5		(g)	(Kcal)	(g)	(g)	Totales(g)	(mg)	General Minuta p	atrón Nutrientes
Már	Proyecto	<b>11</b>		1709.02			105 269		<sup>▲</sup> General	
utilizados	DIETA INFANTIL 1	•	1149	104,0%	67,072	85,417	90,3%	833,37	Nombre	DIETA INFANTIL 1
3			-	▲ 68,93			▼ 20,88	- 150,5%	Descripción	
			293	412,45	15,71	26,32	28,66	293,81	4 Date	
		_	50	152,22	6,40	5.75	0,55	27,00	Peso	
		==		70.72	0,40	8.00	0,55	27,00	Peso cocido (g)	1149 🐳 🏢
			35	60.55	1.44	0,00	13.06	1.05	Porción	
	Π. Arepa redonda	-81	35	60.55	1.44	0.18	13.06	1,05	Medida porción	gramo = 1g
Fuentes de			8	58.56	0.10	6.58	0.07	1.76	▲ Información	
alimentos	Π Mantequilla		8	58.56	0.10	6.58	0.07	1.76	Casta	¢ 0.00
		- 61	192	141.12	7,78	5.82	15.18	264.00	COSID	\$ 0,00
	<u>Д</u> Milo	- 31	12	51,12	1,66	1,32	8,16	48,00	Características	_
	Leche de Vaca - Pasteurizada		180	90,00	6,12	4,50	7,02	216,00	Es minuta patrón	L No
	Leche al 100%								Fecha	
	Providencia Mañana	•	165	207,45	5,90	7,62	30,30	202,20	Semana	
	⊿ WOGURT	÷	150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50	Tipo	
	<u> </u>		150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50		
	GALLETAS DE DULCE	-	15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70	Distribución calórica	calo
	I Galletas		15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70	14,75	% de proteínas,
	A HT ALMUERZO		313	541,51	21,25	23,98	60,69	70,41	42,27	% de grasas y % de carbohidratos
	SOPA DE PASTA		31	69,18	3,99	1,77	9,17	8,06		N OC CONSIGNATION N
	K							>		
Alimentos: 38 / 3	38 🔽									(! ← →

- 1. Barra de opciones: Muestra las operaciones de MenusPlus
- 2. **Barra de herramientas**: Muestra todos los comandos que se pueden utilizar en los elementos seleccionados y opciones del área de trabajo.
- 3. Panel izquierdo: Muestra uno de los siguientes paneles:
  - O Aportes del menú: Muestra los aportes y la recomendación del menú seleccionado.
  - o Buscar: Permite buscar elementos en el proyecto.
  - o Más utilizados: Muestra el número de veces que se utiliza una preparación o alimento en orden

descendente.

- Fuentes de alimentos: Selecciona las fuentes de alimentos que va a utilizar proyecto. Los alimentos de otras fuentes se muestran con problemas de diseño.
- 4. Ruta: Muestra la ruta completa del elemento seleccionado.
- 5. Área de trabajo: Permite diseñar el proyecto con los elementos y las estructuras de los menús.
- 6. **Panel Inspector**: El panel Inspector permite consultar o modificar las propiedades del elemento seleccionado.
- 7. Barra de estado: En la barra de estado se encuentra:
  - Estadísticas del elemento seleccionado: alimentos, preparaciones, menús, semanas, personas y visitas.
  - o Problemas de diseño del proyecto.

# Barra de opciones

La barra de opciones tiene los siguientes comandos:



- 1. Sistema: Muestra las opciones más comunes.
- 2. **Guardar:** Guarda el proyecto
- 3. Deshacer: Deshace la última acción en el proyecto.
- 4. Rehacer: Rehace la última opción del proyecto.
- 5. Muestra el nombre del proyecto.
- 6. Muestra el tipo de licencia de MenusPlus
- 7. Archivo: Permite gestionar los proyectos de MenusPlus.
- 8. Configuración: Permite configurar tanto el proyecto como MenusPlus.
- 9. Ver: Muestra ventanas y paneles de MenusPlus.
- 10. Reportes: Genera reportes del proyecto usando plantillas.
- 11. Ayuda: Muestra las opciones de ayuda y soporte de MenusPlus.
- 12. Notificaciones: Muestra las notificaciones del proyecto.

#### Archivo

La pestaña Archivo se muestra cuando se da clic sobre el botón "Archivo" en la parte superior izquierda de la ventana principal.

- Inicio: Muestra la ventana de bienvenida de MenusPlus con las tareas frecuentas para comenzar utilizar el programa.
- Nuevo : Crea un nuevo proyecto de MenusPlus.
- Abrir: Permite abrir un proyecto de MenusPlus.

- Guardar: Guarda los cambios hechos al proyecto de MenusPlus.
- Guardar como: Guarda una copia del proyecto.
- Copia de seguridad: Crea una copia de seguridad del proyecto que puede ser restaurada posteriormente.
- **Restaurar copia de seguridad**: Recupera una copia de seguridad de un proyecto de MenusPlus. Las copias de seguridad se hacen cuando se guarda un proyecto o en la opción "Copia de seguridad".
- Importar archivo Excel: Permite importar los menús de un archivo Excel con un formato seleccionado.
- **Generar reportes**: Genera reportes con las plantillas seleccionadas. Los reportes pueden ser Excel, PDF, HTML o Word.
- Opciones de MenusPlus: Permite configurar las opciones de MenusPlus.
- **Comentarios**: Permite enviar sugerencias, problemas o comentarios de MenusPlus.
- Acerca de: Muestra la versión de MenusPlus e información de la licencia.
- Salir: Cierra MenusPlus.

#### Inicio

- **Nuevo proyecto:** Permite seleccionar una plantilla para crear un proyecto.
- Proyectos recientes: Permite abrir rápidamente un proyecto de MenusPlus.
- Herramientas: Permite comprobar actualizaciones de MenusPlus, activar la licencia o ir a la página de compras.
- Ayuda: Muestra las opciones de ayuda y soporte de MenusPlus.
- Tutoriales: Tutoriales de tareas comunes de MenusPlus.

### Nuevo proyecto

Crea un nuevo proyecto de MenusPlus. Las opciones disponibles son:

- Nuevo proyecto de menús con tiempos de comida: Crea un proyecto con tres tiempos de comida.
- **Nuevo proyecto de menús básico**: Crea un proyecto sin tiempos de comida. Es útil para realizar fichas técnicas, analizar alimentos o preparaciones.
- Nuevo proyecto de historias nutricionales (vista preliminar): Permite generar proyecto de MenusPlus para individuos. Se puede ingresar la información de una historia nutricional, y hacer evaluación antropométrica y del estado nutricional. Sirve para hacer el plan de atención nutricional.

En la parte inferir se encuentran ejemplos de proyectos.

### Configuración

- Nutrientes: Permite seleccionar los nutrientes del proyecto.
- **Tiempos de comida y grupos de alimentos**: Ajusta los tiempos de comida y grupos de alimentos del proyecto
- **Grupos de personas**: Ajusta los grupos de personas del proyecto.
- **Recomendaciones**: Configura las recomendaciones nutricionales. Pueden ser configuradas por proyecto o por cada menú.
- **Personalizar:** Opciones de personalizaciones del proyecto.
  - o Personalizar todos los alimentos del menú actual.
  - o Personalizar todos los alimentos del proyecto.
  - o Recargar los métodos de cocción de los alimentos personalizados del proyecto.
  - Recargar las preparaciones personalizadas del proyecto.
- Opciones de AMDR:

- Alertas por AMDR: Ahora por defecto las alertas de macronutrientes se calculan por el AMDR del nutriente respecto a la recomendación.
- **AMDR por calorías totales**: Ahora por defecto para calcular las calorías aportadas se utiliza el valor de las calorías del nutriente.
- **Opciones de MenusPlus**: Permite configurar las opciones de MenusPlus.
- Alimentos personalizados: Muestra los alimentos personalizados en MenusPlus.
- Preparaciones personalizadas: Muestra las preparaciones personalizadas en MenusPlus.

### Propiedades del proyecto

Configura la identificación del proyecto, las posiciones decimales, entre otras opciones.

Las pestañas son las siguientes:

- Identificación: Permite ingresar información para identificar el proyecto, como el título, asunto, autor y comentarios.
- Cálculos: Permite ajustar las posiciones decimales de los cálculos tanto para redondear como para truncar (cortar).Permite ajustar el peso con el residuo.
- **Recomendaciones**: Permite definir si las recomendaciones de ingesta se definen para todo el proyecto o para cada uno de los menús.
- **Reportes**: Permite definir si se utiliza cantidad suficiente (C.S.) para el peso neto igual a cero o para las anotaciones.

#### Ver

Muestra las ventanas de MenusPlus. En esta opción se activan las siguientes ventanas:

- Vistas: Activa una de las siguientes vistas del área de trabajo:
  - Vista de detalles: La vista de detalles muestra información de cada elemento del proyecto.
  - Vista de ciclo: Muestra la vista de ciclo de menús con un resumen de la información de los menús por tiempo de comida.
  - Vista doble: Muestra el área de trabajo en dos partes, una para la vista de ciclo y otra para la vista de detalles.
- Más detalles: En la vista de detalles, permite mostrar más información de los elementos.
- Semana: En la vista de ciclo, permite seleccionar los menús por semana en el área de trabajo.
- **Inspector:** Muestra u oculta el inspector de elementos con el cual se pueden consultar o cambiar las propiedades de uno o varios elementos.
- Panel izquierdo: Activa uno de los siguientes paneles:
  - Aportes del menú: Muestra el panel de aportes del menú.
  - o **Buscar:** Muestra el panel de buscar.
  - Más utilizados: Muestra el panel de más utilizados.
  - **Fuentes de alimentos:** Selecciona las tablas de alimentos a consultar al agregar un alimento o para validar los alimentos ya agregados al proyecto
- Problemas de diseño: Muestra el panel de problemas.
  - Problemas de diseño: Muestra la ventana con todos los errores de estructura del proyecto.
  - Siguiente problema: Muestra el siguiente problema en el área de trabajo.
- Archivos Generados: Muestra los archivos creados con la opción "Generar reportes".
- Gráfico Nutricional: Muestra gráficos nutricionales del elemento seleccionado.
- Otras ventanas:
  - Intercambios de alimentos (vista previa) (Nuevo): Muestra la herramienta para hacer intercambios de alimentos según las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la población colombiana de 2015 (GABA).

### Ayuda

- Videos: Videos de MenusPlus en YouTube
- Manual de usuario: Muestra el manual de usuario de MenusPlus
- Sitio Web: Abre el sitio web de MenusPlus
- Centro de soporte: Página Web con recursos y tutoriales para utilizar MenusPlus.
- **Comentarios:** Permite enviar comentarios sobre MenusPlus.
- Buscar actualizaciones: Actualiza MenusPlus a la última versión disponible.
- Activar MenusPlus: Instala o desinstala la licencia de usuario de MenusPlus.
- Comprar: Abre la página Web para comprar MenusPlus.
- Acerca de: Muestra la versión de MenusPlus y la información de la licencia.

# **Barra de herramientas**

En esta sección se agrupan las opciones para agregar y modificar los elementos del proyecto.



- 1. Agregar: Agrega elementos al proyecto.
- 2. Agregar menú: Agrega un menú al proyecto o semana seleccionada.
- 3. Agregar preparación: Agrega una preparación en el elemento seleccionado.
- 4. Agregar alimento: Agrega un alimento en el elemento seleccionado.
- 5. Cortar: Corta la selección y la guarda en el portapapeles.
- 6. **Copiar:** Copia la selección en el portapapeles.
- 7. Pegar: Pega el contenido del portapapeles.
- 8. **Modificar:** Modifica el elemento seleccionado.
- 9. Cambiar alimento: Cambiar el alimento seleccionado por otro alimento.
- 10. Borrar: Borra el elemento actual.
- 11. **Personalizar:** Crea un alimento personalizado o una preparación personalizada con el elemento seleccionado.
- 12. Subir elemento: Sube el elemento actual en el contenedor.
- 13. **Bajar elemento**: Baja el elemento actual en el contenedor.
- 14. Mover elemento a la izquierda: Quita el elemento del contenedor actual.
- 15. Mover elemento a la derecha: Desplaza el elemento al siguiente contenedor.
- 16. Expandir todo: Expande todos los elementos del elemento seleccionado.
- 17. Contraer todo: Contrae todos los elementos del elemento seleccionado.
- 18. Detalles: Activa la vista de detalles del proyecto. Tiene la siguiente opción adicional:
  - o Más detalles: En la vista de detalles, permite agregar más detalles en el área de trabajo.
- 19. Ciclo: Activa la vista de ciclo del proyecto. Tiene la siguiente opción adicional:
  - **Filtrar menús por semana:**En la vista de semana, permite seleccionar la semana que se va a visualizar.
- 20. Vista doble: Activa la vista doble que permite ver al mismo tiempo la vista de ciclo como la vista de detalles.
- 21. **Inspector:** Muestra u oculta el panel inspector, con el cual se pueden modificar las propiedades de los elementos seleccionadas.

# Agregar

Esta opción se muestran los elementos que se pueden agregar al proyecto en el proyecto.

- Análisis nutricional
  - Semana: Agrega una semana en la que se agrupan los menús.
  - **Minuta patrón**: Agrega una minuta patrón.
  - **Contenedor**: Agrega un contenedor a un menú. El contenedor puede ir en cualquier ubicación del proyecto.
  - **Anotación**: Agrega una anotación al menú. Las anotaciones permiten agregar comentarios en la estructura del menú.
  - Volver a utilizar menús: Agrega los menús del proyecto de MenusPlus seleccionado.
- Historia Nutricional
  - **Persona**: Registra una persona en el proyecto.
  - Vista: Agrega una visita a una persona seleccionada.
  - o Menú Ingesta: Agrega un menú de ingesta a la visita (únicamente en historias nutricionales).
  - o Menú Plan: Agrega un menú en la planeación (únicamente en historias nutricionales).

### Reportes

Tiene las siguientes opciones:

- **Reportes**: Permite exportar la información del proyecto utilizando plantillas.
- **Diseñador de plantillas**: Herramienta para modificar las plantillas de reportes utilizadas por MenusPlus
- Carpeta de plantillas: Muestra la carpeta donde están ubicadas las plantillas de reportes de MenusPlus.

# **Panel Inspector**

El panel inspector permite modificar los elementos seleccionados en el área de trabajo.

- Para cada elemento seleccionado se muestran las propiedades las cuales se pueden modificar o consultar.
- Las propiedades están agrupadas por categorías.

랴 Insp	ector 👝 🗙
Huevo	o entero 🔍
General Minuta patr	ón Nutrientes 2
<sup>4</sup> General	3
Nombre	Huevo entero
Descripción	
<sup>4</sup> Peso	
Porción Bruta	55,555 g
Peso bruto (g)	55,555 🗘 🏢
Peso neto (g)	50 🗘 🎹
Cocción	Ninguno / 1x
Peso cocido (g)	50 🗘 🎹
Porción servida	
<sup>4</sup> Información	
Costo	\$ 0.00
Tabla de alimentos	ICBF 1978 - 94
Alimento fuente	Huevo entero
% Parte comestible	90
Distribución calórica	Calor
32,51 %	de proteínas,
1,78 % d	le carbohidratos.
4	4

- 1. Nombre del elemento seleccionado o número de elementos seleccionados.
- 2. Filtrar las propiedades del elemento por "General", "Minuta patrón" o "Nutrientes".
  - General: Muestra las propiedades más comunes de los elementos.
  - Minuta patrón: Muestra propiedades relacionadas con los cálculos de minuta patrón y de lista de mercado.
  - Nutrientes: Muestra la información nutricional detallada.
- 3. En el listado de propiedades se pueden consultar o modificar las propiedades del elemento.
- 4. Gráficos nutricionales, se encuentra el gráfico de distribución calórica, calorías, proteínas, grasas y carbohidratos.

# **Panel izquierdo**

En el panel izquierdo se activa uno de de los paneles a la vez.

### Panel Aportes del menú

El panel de aportes de menú es la herramienta que permite:

- Verificar rápidamente si los aportes nutricionales del menú se están cubriendo
- Ajustar las recomendaciones de los nutrientes tanto para mínimos como para máximos.

1	Aportes	Aportes del m	enú			•	
	Q Buscar	2	Aportes Recor	<b>5 por: DIETA</b> mendaciones	INFANTIL 1 por: Menú	3	
	↓ Más utilizados	4 Nutriente	5 Aporte nutricional	6 Mínimo recomendado	7 Máximo recomendado	8 Interpretación	^
		Calorías (Kcal)	1798,93 104,0% ▲ 68,	1730	1730		-
		⊿ Proteínas (g)	67,072 155,1%	43,25	0		-
		AMDR		10%	0,00%		
		⊿ Grasas ⊿ (g)	85,417 177,7%	48,056	0		
		AMDR		25%	0,00%		
	Fuentes de	<ul> <li>Carbohidratos</li> <li>Totales(g)</li> </ul>	195,368 90,3% ▼ 20,	216,25	0		
	Chinemes	AMDR		50%	0,00%		
		Calcio (mg)	833,37 138,9%	600	0		
		Hierro (mg)	10,518 80,9% ▼ 2,48	13	0		
		Fósforo (mg)	1064,15 177,4%	600	0		
		Magnesio (mg)	0 0,0% ▼130	130	0		
		Niacina (mg)	12,397 103,3%	12	0		
		Riboflavina Distribución caló	1 521				-
	•	14, 42 42,	75 % de proteí ,27 % de grasa 97 % de carbo	nas, g s y hidratos.			

- 1. Aportes del menú: Muestra u oculta el panel de aportes del menú
- 2. Muestra el menú del cual se calcula el aporte.
- 3. Muestra si la recomendación de ingesta es tomada del proyecto, del menú o de una minuta patrón.
- 4. Nutrientes seleccionados y AMDR para los macronutrientes.
- 5. Aporte nutricional: Aporte nutricional del nutriente en el menú.
  - Si es menor al mínimo recomendado se muestra una alerta en color rojo.
    - Si esta entre el mínimo y el máximo recomendado se muestra una alerta en color verde.
    - Si es mayor que el máximo recomendado se muestra una alerta en color amarillo.
- 6. **Mínimo recomendado**: Recomendaciones mínimas para el nutriente. En el caso del AMBR es el porcentaje mínimo.
- 7. **Máximo recomendado**: Recomendaciones máximas para el nutriente. En el caso del AMBR es el porcentaje máximo.

- 8. **Interpretación**: En esta columna se puede escribir un comentario sobre el aporte y cubrimiento de cada nutriente.
- 9. **Distribución calórica de aportes**: Muestra un gráfico de la distribución de la energía por cada macronutriente.

### **Panel Buscar**

Permite buscar elementos en el proyecto.

Aportes	Buscar	∢ ♦							
	leche 2	×							
Q Buscar	👎 Filtrar por la ubicación del elemento								
Más Utilizados	2 resultados								
	Nombre	Ubicación							
	Leche de Vaca - Pasteurizada	DIETA INFANTIL 1> DESAYUNO> MIL4>							
	Leche al 100%	DIETA INFANTIL 1> DESAYUNO> MILO>							
Fuentes de									
alimentos									
	<	>							
	1	r 🖆 Copiar 🕇 Agregar 🗙 Borrar 🎌							

- 1. Buscar: Muestra u oculta el panel de búsqueda.
- 2. Texto a buscar. Pueden ser varias palabras, parcialmente escritas..
- 3. Tipo de filtro, determina como se buscan los elementos del proyecto.
  - Filtrar por la ubicación del elemento: Se busca tanto en los nombres de los elementos como en los nombres de los elementos a los que pertenece.
  - Filtrar por el nombre del elemento: Solo se busca por el nombre del elemento.

- 4. Resultados, muestra los elementos encontrados.
- 5. **Ir:** Muestra el elemento seleccionado en el área de trabajo. También se ejecuta cuando se da doble clic sobre un elemento encontrado.
- 6. **Copiar**: Copia los elementos seleccionados.
- 7. Agregar: Agrega una copia del elemento seleccionado en el área de trabajo.
- 8. Borrar: Borra el elemento seleccionado del área de trabajo.
- 9. Opciones adicionales:
  - o Seleccionar todo: Selecciona todos los elementos encontrados.

### **Panel Más utilizados**



- 1. Más utilizados: Muestra u oculta el panel de más utilizados.
- 2. Texto a buscar. Pueden ser varias palabras, parcialmente escritas..
- 3. Semana: Selecciona si el recuento de más utilizados se hace por una semana o por todo el proyecto.

- 4. Selecciona la pestaña para buscar las preparaciones o los alimentos.
- 5. Resultados, muestra los elementos encontrados.
- 6. Ir: Muestra el elemento seleccionado en el área de trabajo.
- 7. Agregar: Agrega una copia del elemento seleccionado en el área de trabajo.
- 8. Borrar: Borra el elemento seleccionado del área de trabajo.

#### **Panel Fuentes de alimentos**



1. Fuentes de alimentos: Muestra u oculta el panel de fuentes de alimentos del proyecto

### Barra de estado

En la barra de estado se muestra información importante acerca del proyecto.



- 1. **Contar elementos**: Muestra una ventana que tiene las cantidades por tipo elemento que tiene el elemento seleccionado.
- 2. **Problemas de diseño**: Muestra el panel de problemas de diseño. Los problemas de diseño pueden ser por ejemplo alimentos repetidos o preparaciones mal ubicadas en los menús.
- 3. Anterior problema de diseño: Muestra el anterior problema de diseño en el proyecto
- 4. Siguiente problema de diseño: Muestra el siguiente problema de diseño.

# **Panel Problemas de diseño**

El panel de problemas se activa con una de las siguientes opciones:

- Con el comando "Ver> Problemas de diseño> Problemas de diseño"
- Dando clic al botón "Problemas de diseño"(1) en la barra de estado.
- Con la tecla rápida CTRL + E
- Dando clic en las notificaciones (2) y dando clic en el botón con la cantidad de problemas.
  - **Nota**: En el botón de notificaciones (2) se muestran tanto los problemas de diseño como otras alertas del proyecto.

+ , Ľ Agregar Me	💾 📕 🚨 enú Preparación Alimento	ኤ 🖷	1 🖻 🖊 🖂	■ *	Personalizar	- <b>  ↑ ↓ </b>	• → ⊠>	(	Det	talles Ciclo	Vista doble	Inspecto
Aportes	)⊫í Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → DESAYU	INO → A	REPA →						< ₹	i I	nspector	3
💛 del menú 🖸 Buscar	무 Elemento		Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Magnesio (mg)	Niacina (mg)	Riboflavina (mg)	Tiamina (mg)	, <b>&gt;</b> []	eneral Minuta p	AREPA Datrón Nutrien	tes
F Más utilizados	Proyecto     DIETA INFANTIL 1	 0	10,518 80,9%	1064,15 177,4%		12,397	1,521	0,702 70,2%	4	General Nombre	AREPA	4
			2,79	340,35		0,61	0,50	0,20	4	Descripción		
	Image: State of the s		1,35	105,00		0,05	0,15	0,05		Peso ingredientes (	g) 3!	5 <b></b>
<ul> <li>Fuentes de alimentos</li> </ul>	Aceites		0,28	8,75		0,04	0,00	0,01	-	Factor de conversió	in 1	· • •
	Arepa redonda		0,28 0,02	8,75 1,60		0,04 0,01	0,00	0,01	4	Peso cocido (g) Porción servida	3:	, <b>⊥⊞</b>
	A Mantequilla		0,02	1,60		0,01	0.35			Porción servida	35 g	
	MILO <u>I</u> Milo		0,60	225,00 54,00		0,52	0,35	0,14	Di	Medida peso coda istribución calóric	o gramo=1g a	Cal
	Image:		0,54	171,00		0,18	0,32	0,07		9,64	% de proteínas, % de grasas y % de carbobidr	atos
4			0,62	124,80		0,08	0,31	0,08			N de carboniai	

Al dar clic en (2) se muestra el panel de problemas de diseño:.

≡ I 🗄 つ Archivo	C Dieta infantil.mns - Modificado - Menus onfiguración • 🚍 Ver • 🦸 Reportes •	Plus ⑦ Ayuda 🝷								Q* 1	mpresarial	- □ × ¢©
<b>+ , Ľ</b> Agregar Me	🖞 🔟 🧘 enú Preparación Alimento	አ 🖬 🖣	b 🖉 🖂 i	🖬 🗮 Per	sonalizar 🝷	↑↓← -	>⊠×		<b>IE</b> Detalles	Ciclo	Vista doble	다. Inspector
Aportes	)≝∫ Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → D	ESAYUNO > ARE	PA ►						< 莊	In	spector	×
V del menú Q Buscar	4 Elemento	Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Magnesio (mg)	Niacina (mg)	Riboflavina (mg)	Tiamina (mg)	Vitamina 🔨 A (ER)	General	Minuta pa	REPA Itrón Nutrien	tes
↓ Más utilizados	DIETA INFANTIL 1	■ 10,518 80,9% ▼ 2,48	1064,15 177,4%		12,397 103,3%	1,521 152,1%	0,702 70,2% ▼ 0,30	404 69,8 ▼ 175	General Nombre		AREPA	
	▲ Ψ¶ DESAYUNO	2,79	340,35		0,61	0,50	0,20	313,/	Descripci	ión		
	⊿ Imit HUEVO REVUELTO	1,35	105,00		0,05	0,15	0,05	132,0	<sup>∡</sup> Peso			
	📕 \rm Huevo entero	1,35	105,00		0,05	0,15	0,05	132,0	Peso ingr	edientes (a	) 3	5
Fuentes de	Aceites	4							Eactor da	conversión		• •
alimentos	AREPA	0,28	8,75		0,04	0,00	0,01		ractoride	conversion		
	📕 \rm 🛛 Arepa redonda	0,28	8,75		0,04	0,00	0,01	¥	Peso coci	ido (g)	3	·==
	<						_	>	Porción s	servida		
	! Problemas de diseño							×	Porcións	ervida	35 g	
	Descripción					Ubicació	'n	^	Medida p	eso cocido	gramo = 1g	-
	Error de tabla de alimentos, el alimento uti	liza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA II	NFANTIL 1> DE	SAYUNO> HUE	VO REVUELTO>	Huevo entero		Distribució	in calórica		Calor
	Error de tabla de alimentos, el alimento uti	liza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA II	NFANTIL 1> DE	SAYUNO> HUE	VO REVUELTO>	Aceites			9,64 %	de proteínas,	
	Error de tabla de alimentos, el alimento uti Error de tabla de alimentos el alimento uti	liza la tabla 'ICBF 1978' liza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA	VFAINTIL 1> DE	SAYUNO> AREI	PA > Arepa redo ITEOUIU Δ> Ma	onda ntequilla			2,65 9	6 de grasas y 6 de carbobidr	atos
	Error de tabla de alimentos, el alimento da	liza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA I	VFANTIL 1> DE	SAYUNO> MILO	> Milo	ncequina	<b>~</b>		01,11	ac carbonnar	
	<							>	4			P
Alimentos: 1 / 38	3										Ū,	$+ \rightarrow$

En el panel de problemas se muestra el listado de problemas de diseño del proyecto. Al dar clic sobre un problema se mostrará el elemento en el área de trabajo.

En el área de trabajo se muestran los problemas con una alerta. Al pasar el ratón sobre la alerta se muestra el mensaje de error:



# ¿Cómo activar MenusPlus Profesional o Empresarial?

Cuando se compra una licencia usted recibirá una clave de licencia por correo electrónico.

Para cambiar de MenusPlus Evaluación a MenusPlus Personal o Empresarial debe primero activar el programa ingresando la clave.

# **Activación por Internet**

Para activar MenusPlus por Internet se tienen las siguientes opciones:

- Por la opción del menú "Archivo-> Inicio-> Activar MenusPlus"
- •

■ ☐ 5 C Nuevo proye Archivo Configuración · E Archivo Configuración · E	cto - Modificado - MenusPlus ∃ Ver - ∮ Reportes - ⑦ Ayuda -			i Detalles	≪ Empresarial – III Ciclo 🔳 Vista dol
A Inicio	🛄 Buenos días				
Nuevo	Nuevo proyecto		Escoja una tarea		
D Abrir			Herramientas	Ayuda	Tutoriales Crear un nuevo
💾 Guardar	Proyecto de menús básico con tiempos de comidas		Buscar actualización	Videos	proyecto Agregar un
🐻 Guardar como		Más plantilla. 🔶	L L	Manual de	nuevo menú
🚣 Importar	Proyectos recientes C Nombre	Fecha de modificación	Activar MenusPlus	usuario	Agregar una preparación
🕈 Reportes	<u>۵</u>	10/02/2021	Comprar	? Centro de	Agregar un alimento
	<b>•</b>	10/04/2020	MenusPlus	soporce	les nortes en en és
↑ Copia de seguridad	<b>0</b>	14/09/2021		Sito Web	Importar menus
	- •	13/07/2021		4	Generar reportes
		2 100 1000		Contactar	Asignar recomendaciones
0 MenusPlus 8.21.9.8710	<b>W</b>	3/08/2021			Activar
🕵 Opciones de MenusPlus	<u> </u>	12/09/2021			MenúsPlus
🙂 Comentarios	<b>0</b>	10/08/2021 🖵			
i Acerca de		Más proyectos 🔶			
🕩 Salir					

• Por la opción "Ayuda-> Activar MenusPlus"

El formulario que muestra el sistema es el siguiente:

🖌 Instalar licencia de MenusPlus 8								
Para instalar una licencia nueva, escriba la clave de licencia que recibió al adquirir el producto y haga clic en el botón Instalar. Los botones Guardar y Cargar licencia se utilizan para guardar un archivo como copia de respaldo y restaurar la licencia instalada.								
Clave de licencia		Instalar						
Estado de la licencia	No hay licencia instalada.							
ID del ordenador	DESARROLL05							
Cargar licencia Gu	ardar licencia	Cerrar						

Se ingresa la clave suministrada por Comunidad Web y se selecciona la opción Instalar

🖋 Instalar Licencia de M	/ Instalar Licencia de MenusPlus				
Para instalar una nueva licencia, ingrese la clave de licencia que recibió al adquirir el producto y haga clic en el botón Instalar. Los botones de Guardar y Cargar Licencia pueden ser utilizado para guardar/restaurar la licencia instalada en un archivo de copia de seguridad.					
Clave de Licencia	หละเลอะบากยุกการและสมาระบาทการที่ได้ Instalar				
Estado de Licencia	cencia No se ha instalado licencia				
ID de equipo	ID de equipo DESARROLLO5				
Cargar Licencia Gua	ardar Licencia Desinstalar Licencia	Cerrar			

Si el proceso de activación fue exitoso el formulario actualiza el campo "Estado de Licencia"

🖋 Instalar licencia de MenusPlus 8	×
Para instalar una licencia nueva, escriba la clave de licencia que recibió al adquirir el producto y haga o Instalar. Los botones Guardar y Cargar licencia se utilizan para guardar un archivo como copia de respa licencia instalada.	lic en el botón Ido y restaurar la
Clave de licencia	Instalar
Estado de la licencia Licencia instalada - Caduca el: 17/10/2018 03:38 p.m.	
ID del ordenador DESARROLLO5	]
Cargar licencia Guardar licencia Desinstalar licencia	Cerrar

Para cerrar el formulario se da clic en la opción "Cerrar".

### **Mover Licencia**

Para mover una licencia de un equipo a otro se deben seguir los siguientes pasos:

En el formulario de Instalar Licencia (Archivo > Inicio> Activar MenusPlus) se debe seleccionar la opción "Guardar Licencia":

룱 Instalar licencia de M	enusPlus 8	×		
Para instalar una licencia Instalar. Los botones Gu licencia instalada.	a nueva, escriba la clave de licencia que recibió al adquirir el producto y haga c ardar y Cargar licencia se utilizan para guardar un archivo como copia de respal	ic en el botón do y restaurar la		
Clave de licencia		Instalar		
Estado de la licencia	Estado de la licencia instalada - Caduca el: 17/10/2018 03:38 p.m.			
ID del ordenador	ID del ordenador DESARROLLO5			
Cargar licencia Gu	ardar licencia Desinstalar licencia	Cerrar		

Se selecciona la ubicación y se guarda la licencia

🖌 Guardar Licencia en A	Archivo	A first & frames are welled at adult of a					23
🕒 🔾 🔻 📑 🕨 Bibli	otecas 🕨 Doc	umentos 🕨		-	← Buscar I	Documentos	Q
Organizar 👻 Nue	va carpeta						0
🕞 Bibliotecas	*	Biblioteca Documentos Incluye: 2 ubicaciones			Orga	nizar por: Carpeta	•
Documentos		Nombre	Fecha de modifica	Тіро	Tamaño		-
Música		퉬 SQL Server Management Studio	03/06/2015 03:52	Carpeta de archivos			=
Podcasts		Visual Studio 2013	03/06/2015 01:32	Carpeta de archivos			
Subversion	=	Visual Studio 2012	03/06/2015 10:01 a	Carpeta de archivos			
🚼 Vídeos		TMSDataModeler	13/05/2015 11:08 a	Carpeta de archivos			
		鷆 Visual Studio 2010	04/05/2015 09:49 a	Carpeta de archivos			
🖳 Equipo	-	🎉 Biblioteca de calibre	27/03/2015 09:42 a	Carpeta de archivos			
Nombre:	MoverLicencia	MP.lic					•
Tipo: 🛛	Archivos de Lice	encia (* .lic)					-
<ul> <li>Ocultar carpetas</li> </ul>					Guard	lar Cancel	ar

Después de guardar la licencia, se selecciona la opción "Desinstalar licencia"

🎸 Instalar licencia de M	enusPlus 8	×
Para instalar una licencia Instalar. Los botones Gu licencia instalada.	a nueva, escriba la clave de licencia que recibió al adquirir el producto y haga cl ardar y Cargar licencia se utilizan para guardar un archivo como copia de respal	ic en el botón do y restaurar la
Clave de licencia		Instalar
Estado de la licencia	Licencia instalada - Caduca el: 17/10/2018 03:38 p.m.	
ID del ordenador	DESARROLL05	
Cargar licencia Gu	ardar licencia Desinstalar licencia	Cerrar

Ahora en el nuevo equipo se carga la licencia que se guardo en los pasos anteriores; para ello se selecciona la opción "Cargar Licencia"

Instalar Licencia de M Para instalar una nueva botón Instalar. Los boto instalada en un archivo	lenusPlus III licencia, ingrese la clave de licencia que recibió al adquirir el producto y h ones de Guardar y Cargar Licencia pueden ser utilizado para guardar/restau de copia de seguridad.	aga clic en el rar la licencia			
Clave de Licencia		Instalar			
Estado de Licencia	No se ha instalado licencia				
ID de equipo	ID de equipo DESARROLLO5				
Cargar Licencia Gua	ardar Licencia Desinstalar Licencia	Cerrar			

Una vez se carga la licencia ya queda activado MenusPlus en el nuevo equipo.

# **Usando MenusPlus**

En esta sección se explica el uso del programa para hacer el análisis nutricional de menús.

# **Proyectos de Menús**

MenusPlus trabaja con un proyecto de Menús. Un proyecto de menús contiene tanto la configuración del proyecto como la información de los menús del proyecto (contenedores, alimentos, recomendaciones, etc).

Los proyectos se almacena en un archivo con extensión **.mns**, estos archivos se identifican fácilmente por el icono que se muestra en el explorador de Windows como se observa en la siguiente imagen:

C:\Users	\Public\Documents\MenusPlus 8\Ej	iemplos 🔻 🍫	Buscar Ejemplos	<b>م</b>
Organizar 🔻 Inclui	ir en biblioteca 🔻 🛛 Compartir co	on 🔻 🛛 Grabar	Nueva carpet	a 🔠 🕶 🗖 🔞
<ul> <li>★ Favoritos</li> <li>⇒ Bibliotecas</li> <li>↓ Equipo</li> </ul>	Nombre Ciclo de Minu Dieta Blanda. Dieta Hipoglu Dieta Hiposód Dieta Hombro	nutas.mns .mns ucida Mujer.mns dica Hombre.mn e.mns	s Seli	eccione el archivo del que sea obtener la vista previa.
Ked	<ul> <li>Dieta Infantil.</li> <li>Dieta Mujer.m</li> <li>Dietas de Ejen</li> <li>Minuta Patrón</li> </ul>	.mns nns mplo.mns m.mns	4	

De manera similar a otros tipos de archivos, como por ejemplo Excel, al dar doble clic sobre el archivo o proyecto, se abre MenusPlus cargando su contenido.

Otra de las funcionalidades de MenusPlus es que permite abrir varios proyectos en diferentes ejecuciones de MenusPlus en la misma máquina, permitiendo ademas compartir información entre los dos proyectos mediante las opciones de copiar y pegar.

#### **Nuevo Proyecto**

Para crear un nuevo proyecto se debe seleccionar la opción "Archivo-> Nuevo":

#### • Se selecciona la opción "Menús con tiempos de comidas"

🗋 Nuevo pr	oyecto					×
Proyecto de menús básico	Proyecto de menús con tiempos de comidas	Proyecto de historias nutricionales (versión preliminar)				
Ejemplos						
🚇 Dieta blanda						
🚇 Dieta hipoglucida mu	ıjer					
🚇 Dieta hiposódica hor	nbre					
🛄 Dieta hombre						
🚇 Dieta infantil						
🚇 Dieta mujer						
🚇 Dietas de ejemplo						
🚇 Minuta patrón						
					[	Cerrar
						cenar

MenusPlus permite crear tres tipos de proyectos:

- Proyecto de Menús básico: Este proyecto se crea sin tiempos de comida y va dirigido a la creación de fichas técnicas de productos.
- Proyecto de Menús con tiempos de comidas: Proyecto orientado a la creación de ciclos de menús
- Proyecto de Historias Nutricionales (versión preliminar): Este proyecto permite realizar historias nutricionales.

Para el caso del tipo de proyecto "Proyecto de Menús con tiempos de comidas" al dar clic sobre la respectiva opción se muestra la siguiente ventana

Tiempos de comida y	grupo	os de alimen	tos		×
Tiempo de comida 👻 🖪 Grupo de a	limentos	- Duplicar	Borrar		<b>↑</b>
Tiempo de comida / grupo de alimentos		% Recomendación	Rango peso bruto		
<b>UESAYUNO</b>	<b>E</b>	0%			
<b>W</b> ALMUERZO	<u>م</u>	0%			
YPCENA	<b>6</b>	0%			
				C	
				Guardar	Cerrar

En esta parte se define los tiempos de comida (Desayuno, almuerzo, cena, ...) y grupos de alimentos (proteico, energético, frutas,...) que se requieren para el proyecto que se está creando.

Nota: Los tiempos de comida con las horas en las que se van a consumir los alimentos.

El programa tiene varios ejemplos de tiempos de comidas pero se pueden agregar otros al proyecto.

Los grupos de alimentos a consumir en el tiempo de comida facilitan el diseño y análisis del menú. Es opcional utilizarlos.

### **Abrir Proyecto**

Para abrir un proyecto seleccione la opción "Archivo -> Abrir proyecto...":

Al seleccionar cualquier de las dos opciones anteriores se muestra la siguiente ventana:

Geleccionar archivo MN	S	States Inc.	and Manufacture	×
Coo⊽ J ≪ Docum	nentos públicos 🔸 MenusPlus 8 🔸 Ejemplos	<b>- - f</b> <sub>2</sub>	Buscar Ejemplos	Q
Organizar 🔻 Nueva	a carpeta			
▷ 🚖 Favoritos	Nombre	Fecha de modifica	Тіро	Tamaño
	🚇 Ciclo de Minutas.mns	4/11/2017 2:42 PM	Proyecto de Menu	98 KB
▷ 🧊 Bibliotecas	🚇 Dieta Blanda.mns	9/13/2018 4:23 PM	Proyecto de Menu	14 KB
	🚇 Dieta Hipoglucida Mujer.mns	9/13/2018 4:23 PM	Proyecto de Menu	19 KB
🛛 🖉 Equipo	🚇 Dieta Hiposódica Hombre.mns	9/13/2018 4:24 PM	Proyecto de Menu	20 KB
	🚇 Dieta Hombre.mns	9/13/2018 4:24 PM	Proyecto de Menu	19 KB
🖻 🖣 Red	🚇 Dieta Infantil.mns	9/13/2018 4:25 PM	Proyecto de Menu	16 KB
	🚇 Dieta Mujer.mns	9/13/2018 4:25 PM	Proyecto de Menu	17 KB
	🚇 Dietas de Ejemplo.mns	4/11/2017 2:41 PM	Proyecto de Menu	82 KB
	🚇 Minuta Patrón.mns	9/13/2018 4:22 PM	Proyecto de Menu	34 KB
	•			•
No	mbre:	•	Archivos mns (*.mns)	-
			<u>Abrir</u>	Cancelar

Al seleccionar el archivo y dar clic en la opción "Abrir" se carga el proyecto

### **Guardar Proyecto**

Para guardar un proyecto se tienen las siguientes dos opciones:

- En el menú seleccione la opción "Archivo -> Guardar":
- De clic al botón "Guardar" de la barra de opciones:

### **Guardar Proyecto como**

Para guardar los cambios realizados a un proyecto en otro archivo se debe seleccionar la opción "Archivo -> Guardar Como"

Al seleccionar la opción se muestra la siguiente ventana:

🍻 Guardar como	to have thefter through have			X
	men a BACHUPS(B) a Renalt a Respectivelyation	an a Manuffue a Menu a Menufikenal	👻 🍫 🛛 Buscar Mei	nuManual 🔎
Organizar 🔻 Nu	ueva carpeta			:= • 🔞
🔆 Favoritos	Nombre	Fecha de modifica Tipo	Tamaño	
	i Menu1.mns	31/08/2015 12:23 Proyecto de Menu	65 KB	
词 Bibliotecas				
🖳 Equipo				
🕤 Red				
7				
Nombre:				
Tipo:	Archivos mns (*.mns)			-
Ocultar carpetas			Guardar	Cancelar

En esta ventana se selecciona la ubicación y se ingresa el nombre con el cual se quiere guardar el proyecto, finalmente se da clic en la opción "Guardar".

#### **Realizando Copias de Seguridad**

MenusPlus permite crear copias de seguridad de los proyectos de menús. Para esto se debe seleccionar la opción Archivo -> Copia de Seguridad

Al dar clic en la opción se muestra el siguiente formulario si el proyecto actual tiene cambios pendientes de guardar:

	COPIA DE SEGURIDAD X
<u> </u>	Para realizar la operación primero debe guardar el proyecto actual.
	<u>O</u> k

Al guardar los cambios y repetir la acción se muestra el siguiente formulario:

Copia de seguridad	×
Ingrese el nombre de la copia de seguridad Capacitación	
OK Cancel	
	.::

En este formulario se ingresa el nombre que se le quiere dar a la copia de seguridad del proyecto y se da clic en la opción "OK". Si la operación fue exitosa, se muestra el siguiente mensaje:


### **Restaurando Copias de Seguridad**

Para restaurar una copia de seguridad de un proyecto se debe seleccionar la opción "Archivo > Restaurar copia de seguridad"

Al dar clic en la opción "Aceptar" se muestra el siguiente formulario:

Ę	Restaurar proyecto				×
		Copias de segur	idad		
	Nombre		Fecha	Tamaño (KB)	^
•	Capacitación		19/08/2021 12:25 p.m.	73	
	-				
	-				- 1
	-				- 1
	-				
	-				
	-				
					- v
	Borrar Borrar todo		Restau	rar Cerrar	5

Este formulario lista todas las copias de seguridad existentes y permite realizar las siguientes operaciones:

- 1. Listado de copias de seguridad realizadas.
- 2. Borrar: Al seleccionar esta opción se elimina el backup seleccionado en la grilla.
- 3. Borrar Todo: Al dar clic en esta opción el sistema elimina todas las copias de seguridad existentes.
- 4. **Restaurar**: Al seleccionar esta opción el sistema permite restaurar el backup, para lo cual solicita una carpeta donde ubicarlo donde podamos accederlo después fácilmente.
- 5. Cerrar: Cierra el formulario.

Guardar como									×
$\leftrightarrow$ $\rightarrow$ $\checkmark$ $\uparrow$						~ ē		ackup	
Organizar 👻 🛛 Nu	ueva carpe	eta						III - (?	
	^	Nombre	^		Fecha de modificación	Тіро	Tamaño		
				Ningún el	emento coincide con el crit	erio de búsqueda.			
	-								
	~								
<u>N</u> ombre de archivo:	Capacita	ción.mns							~
<u>T</u> ipo:	Archivos	mns (*.mns)							~
<ul> <li>Ocultar carpetas</li> </ul>							<u>G</u> uardar	Cancelar	]

#### Para el ejemplo se selecciona la opción "Restaurar"

El sistema pregunta donde se quiere guardar el proyecto. Se selecciona la ubicación y se da clic en "Guardar". Si la operación fue exitosa se muestra el siguiente mensaje:

RES	TAURAR COPIA DE SEGURIDAD
i	La operación ha finalizado exitosamente
	<u>O</u> k

Al dar clic en la opción "Ok", el sistema carga el proyecto que se acaba de guardar.

Nota: El proceso de restauración no se reemplaza ningún archivo, en lugar de esto se guarda como un nuevo archivo.

#### **Abriendo Proyectos Recientes**

Los proyectos recientes, como su nombre lo indica, permite abrir rápidamente un proyecto que se haya abierto con anterioridad dado que el sistema lleva el registro de los últimos proyectos abiertos ordenándolos del más reciente al más antiguo.



#### **Grupos de Personas**

Cuando se trabaja en un proyecto MenusPlus se puede definir los grupos de personas (o grupos etarios) que van a aplicar para todos los menús del proyecto. Con los grupos se evita crear un menú por grupo, solo se crea un menú y MenusPlus permite ingresar el respectivo peso por cada grupo.

Para crear los grupos de personas se selecciona la opción " Configuración-> Grupos de personas":

Grupos d Grupos d	e personas	(4) × ↑ ↓
🚰 General		5
		Guardar Cerrar

Este formulario permite realizar las siguientes operaciones:

- 1. Grupo de edad: Permite agregar un nuevo grupo, para lo cual solo hay que asignar un nombre.
- Duplicar: Esta opción permite crear un nuevo grupo a partir de otro. Esto quiere decir que si ya tengo un grupo etario en el cual ya he ingresado los respectivos pesos de los menús del proyecto con la opción duplicar el nuevo grupo va tener los mismo pesos.
- 3. Borrar: Elimina el grupo seleccionado.
- 4. **Subir**: Permite desplazar hacia arriba el grupo seleccionado.
- 5. **Bajar**: Permite desplazar hacia abajo el grupo seleccionado.
- 6. Listado de grupos de personas del proyecto.
- 7. Guardar: Guarda los cambios en los grupos de personas y cierra el formulario.
- 8. **Cerrar**: Cierra el formulario.

Una vez se definen los grupos de personas, estos se muestran de la siguiente manera:

≡ 1 🗄 う Archivo 🍄 Co	C Dieta infantil.mns - Modificado - MenusPlus onfiguración + ⊟ Ver + ∮ Reportes + ⑦	Ayuda 🝷							د Empresarial – 🗆 × بُ
+ , Ľ	ப் 📕 📕 enú Preparación Alimento	ኤ 🖻	₲∥□	<b>≡</b>   *(	Personalizar 🛛	↑↓←	→ ⊠ ×		Detalles Ciclo Vista doble Inspector
4	<b>a 8 años</b> 9 a 12	años	<u> </u>		13 a 18 años		Colum	na en vista detalle	s: No <u>2</u>
Aportes	)⊨j Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → DESA		REPA →						S 📰 Inspector 🗙
del menú	무 Elemento		Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Magnesio (mg)	Niacina R (mg)	liboflavina (mg)	Tiamina (mg)	AREPA General Minuta patrón Nutrientes
↓ Más utilizados	Proyecto	0	10,518 80,9%	1064,15		12,397 103,3%	1,521 152,1%	0,702	General General
	▲ ₩¶ DESAYUNO		2,79	340,35		0,61	0,50	0,20	Descripción
	A Iminia HUEVO REVUELTO     Π Huevo entero	<b>#</b>	1,35	105,00		0,05	0,15 0.15	0,05	Peso
alimentos	Aceites			,		.,	-,		Factor de conversión 1
	AREPA	<b>E</b>	0,28	8,75		0,04	0,00	0,01	
	Arepa redonda		0,28	8,75		0,04	0,00	0,01	
	MANTEQUILLA	<u>Ei  </u>	0,02	1,60		0,01			Porción servida
	Mantequilla		0,02	1,60		0,01	0.25	0.14	Distribución calórica Calor
			0.60	54.00	_	0,52	0,55	0.07	9,64 % de proteínas,
	I Leche de Vaca - Pasteurizada		0,54	171.00		0,18	0,32	0.07	2,65 % de grasas y 87,71 % de carbohidratos.
•	Leche al 100%							>	
Alimentos: 1 / 38	3								() ← →

- 1. En esta parte se muestran los grupos definidos. Como se manejan varios grupos, la información que se muestra en el momento corresponde al grupo etario que se tenga seleccionado (el que resalta Pequeños). Los pesos y el análisis nutricional que se muestra corresponden al grupo seleccionado.
- 2. MenusPlus permite definir los pesos de los grupos de una manera rápida. Al seleccionar la vista de grupos se muestra lo siguiente:

	4 a 8 años		9 a 12 año	s			13 a 18 años			Columna en vist	a detalles:	No 💌
Aportes	💾 Proyecto 🔸 DIETA I	NFANTIL 1 >							_			No Peso neto
del menú	ф Ele	emento	•	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Peso bruto Peso cocido
Subuscal	🍃 Proyecto		<b>H</b>									Porción
Más				1140	1798,93	67,072	85,417	195,368	833,	37	106	Cantidad

En cada alimento se ingresa el respectivo peso neto por cada grupo etario. Se puede comparar por peso bruto, peso neto, peso cocido o cantidad.

Por ejemplo se puede ingresar un peso bruto diferente para el alimento "Huevo entero" para el grupo "13 a 18 años" así;

C ⊟   = Archivo	C Dieta infantil.mns - Modificado - Me onfiguración • 🖃 Ver • 🦸 Reportes	nusPlus • ⑦ Ayuda •					& Empresarial — □ × Ļ ·
+ t Agregar M	💾 📷 📕 enú Preparación Alimento	<b>%</b> ¶	╘╘╱╤╘	* Personalizar ▪	$\uparrow \downarrow \leftarrow \rightarrow [2]$	3 X	Detalles Ciclo Vista doble ⊡spector
4	a 8 años	9 a 12 años		13 a 18 años	C	olumna en vista detalles	Peso bruto 👻
Aportes	<u> </u>		HUEVO REVUELTO	Huevo entero			< 🗄 Inspector 🗙
del menú	무 Elemento		4 a 8 años Peso bruto	9 a 12 años Peso bruto	13 a 18 años Peso bruto	Peso neto (g)	Huevo entero  General Minuta patrón Nutrientes
	▲ Imit HUEVO REVUELTO					58	
Utilizados	Huevo entero		55,555	55,555	110	50	General Huevo entero
	Aceites		8	8	8	8	Descripción
	A MEPA	<del>[1]</del>				35	Description
	Arepa redonda		35	35	60	35	Peso
Fuentes de	MANTEQUILLA	<b>E</b>				4	Porción Bruta 55,555 g
alimentos	<u>Mantequilla</u>	<u>=</u>	4	6	8	4	Peso bruto (g) 55,555 🔹 🎹
	▲ Imi Milo					192	
	<u>I</u> Milo		12	12	12	12	Peso helo (g) Ju - H
	Leche de Vaca - Pasteuriza	da 🗖	180	200	240	180	Cocción Ninguno / 1x
	Leche al 100%						Peso cocido (a) 50 A THE
	Media mañana	<u></u>				165	Distribución calórica Caloría
	VOGURT	<b></b>				150	32,51 % de proteinas, 65,71 % de grasas y 4
	Yogurt	1	150	150	150	150	1,78 % de carbohidratos.
4	GALLETAS DE DULCE	•				15 🗸 🗡	
Alimentos: 1 / 3	8						() ← →

Para volver a la vista anterior se selecciona la opción "No" en "Columna en vista detalles"

## **Gestión de Menús**

#### **Operaciones**

A continuación se describe las operaciones que puede realizar en el editor de menús.

#### Agregando menús

Para agregar un menú se debe seleccionar en la barra de herramientas la opción "Agregar" (1) y dar clic en "Menú".

=	B D C	Nuevo proyect	o - Moo	lificado - Menus	Plus											🔍 Empresarial 🗕 🗆 🗙
Are	hivo 🔹 🗘 Conf	iguración 🛛 🗖	Ver (	Ayuda			E Detall	es 🚻 Ciclo	Vista do	ble 🗮 Má	s detalles					¢₀
E	Agregar 😽 🛙	66/=	#К Р	ersonalizar 👻	<b>☆ ↓</b>	+ →  ⊠ >	ĸ									Reportes - 📑
Aná	ilisis nutricional		ETA I	NFANTIL 1 >										•	< <u>詳</u>	Inspector 🗙
	Menú Proporoción	Ctrl+M	2	Peso neto	Calorías	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Magnesio (mg)	Niacina (mg)	Ribof	DI	ETA INFANTIL 1
⊥	Alimento	Ctrl+A	Agreg	ar menu (Ctrl+M) Agrega un nuevo	menú	(9)	(9)	iotaics(g)	(	(9)	(0.9)	(	(019)		Conoral	ita patron · Nutrientes
▦	Semana Minuta patrón	Ctrl+S		1149	1798,93	67,072 155,1%	85,417	7 6 ■ 195,368 90,3% ▼ 20,88	833,37 138,9%	10,518 80,9% ¥ 2,48	1064,15 177,4%		12,397 103,3%		Nombre	DIETA INFANTIL 1
Ŀ	Contenedor														Peso	
His	Anotación toria nutricional														Peso cocido (g	) 1149
Ť	Persona		1.												Porción	
	Visita Menú ingesta		-												Medida porción	n gramo = 1g
<u>tat</u>	Menú plan de a	limentación													Costo	\$ 0.00
Y	~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~		~~~	~~~~~	~~~~		~~~~~		~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	××	1	
Alir	mentos: 38 / 38										Alertas p	or AMDR	NO AN	1DR por o	calorías totales	NO $(!) \leftarrow \rightarrow$

Al dar clic en la opción el sistema agrega un menú asignando uno nombre por defecto

Nota: Se pueden agregar un menú con el método abreviado CTRL+M.

Posteriormente se puede cambiar el nombre del menú digitando directamente el nuevo nombre en el área de trabajo como se muestra a continuación:

Aportes	💾 Proyecto 🔸 Día 1	•											<	荘 In	spector	×
V del menú	무 Elemento	8	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Magnesio (mg)	Niacina Ril (mg)	>	General Minuta pa	Día 1 trón Nutrientes	
C Duscar	Proyecto															
↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓	DIETA INFANTIL 1	8	1149	1798,93 104,0% ▲ 68,93	67,072 155,1%	85,417 177,7%	195,368 90,3% ¥ 20,88	833,37 138,9%	10,518 80,9% ▼ 2,48	1064,15 177,4%		12,397		General Nombre	Día 1	
	⊿ 💾 Día 1	÷	0											Descripción		
	WP DESAN		0											4 Peso		
	<b>WP</b> MEDIA MANA	Ŧ	0											Dene engide (s)	0 4	
	<b>W</b> ALMUERZO		0											reso cocido (g)	v 🗸	
	<b>W</b> MEDIA TARDE	$\pm$	0											Porción		
	<b>W</b> P COMIDA	+	0											Medida porción	gramo = 1g	
														Información		
alimentos	*****	$\sim$	~~~~		~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	~~~~	$\approx$	Costo	\$ 0.00	

#### Agregando tiempos de comida, grupos de alimentos

Para gestionar los tiempos de comida y/o componentes se debe seleccionar la opción "Ajustes" (1) y luego "Tiempos de comida y componentes" (2):

() Archiv		) C nicio Ayud	la				Nuev	o proyecto -	Modificado - Mo	enusPlus 8.20	.2.8099		C	Sin problemas	esari Genera	ial − □ × ar reportes ⊨
Detalle	s Cic	II III lo Grupos Proyecto → I	Más columnas Día 1 →					<b>∳</b> ↓ Agregar Se	emana Menú P	reparación A	Alimento		Proyect	to 2 Aj	astes	Ver Inspector
Q   19   1		4 Proyecto	Modificar • 🎌 Per	sonaliz	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	xpandir XCC Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)		Mut Gru	trie <b>Tiempos de comidas</b> Ajusta los tiempos de proyecto	<b>y compon</b> e comida y a	ventes (Ctrl+T) y componentes del
T	-	DIETA I	NFANTIL 1	•	1149	1798,93 104,0% 2184,49 97,1%	67,072 216,4% 92,864 168,8%	85,417 99,090	195,368 240,977	833,37 138,9%	10,518 80,9% ▼ 2,482 15,855 113,3%	-	Filti	rar tablas de alimentos opiedades del proyecto	•	0-
		DIETA HIPOGL	HOMBRE 3	8	1982	<ul> <li>65,51</li> <li>3080,58</li> <li>102,7%</li> <li>2162,30</li> <li>96,1%</li> </ul>	103,998 160,0% 98,542 109,5%	132,622 79,164 105,6%	380,485 275,188 90,8%	1072,48 134,1%	20,365 145,5% 15,793 112,8%		Pre Rep	nentos personalizados paraciones personalizada portes	is 🕨	•
		HIPOSC HIPOSC	DDICA HOMBRE 45	•	2019	<ul> <li>₹ 87,70</li> <li>2656,41</li> <li>98,4%</li> <li>₹ 43,59</li> <li>1593,15</li> </ul>	105,614 162,5%	90,180	27,812 366,806 201,297	1004,18	19,948 142,5%	L		Es minuta patrón Fecha Semana	No 21/02/2	2020 9:37 a.m.
	•	DIETA E	BLANDA	89 19	0	99,6% ▼ 6,85	105,0%	106,5%	96,8% ▼ 6,703	547,40	13,267			Tipo		
														0,00 % 0 0,00 % 0 0,00 % 0	le proteín de grasas Je carbohi	Ias, 0, y iidratos.

Cuando se selecciona la opción "Tiempos de Comida" se muestra el siguiente formulario:



MenusPlus permite realizar las siguientes operaciones:

- 1. Tiempos de comida: Esta opción permite importar los tiempos de comida que no han sido definidos.
- 2. **Tiempos de comida y componentes**: Permite importar tanto los tiempos de comida como los componentes que no han sido definidos.
- 3. No cargar nada: No realiza ninguna acción respecto a los tiempos de comida y componentes.

Al seleccionar la respectiva operación y dar clic en Ok el formulario que se muestra, para el ejemplo que se está abordando, es el siguiente:

	Tiempos de comida y componentes		□ ×
Tiempos de comida y componentes         Image: Componente statution         Image: Componente statution	Tiempos de comida y componentes	25 de comidas y componentes MEDIA MAÑANA NUEVES MEDIA TARDE ONCES MEDIA NOCHE TRASNOCHO AZÚCAR	REFRIGERIO     COMIDA
	<ul> <li>BEBIDA EN LEC</li> <li>ENERGÉTICO</li> <li>FRUTAS</li> <li>JUGO</li> <li>SOPA</li> </ul>	HE CCEREAL CONSALADA CONSALADA CONSTRE CONST	CEREAL DE LA BEBIDA  FRUTA  HORTALIZAS Y VERDURAS  PROTEICO  TUBÉRCULO
			Guardar Cerrar

Las operaciones que se pueden realizar en éste formulario son las siguientes:

- 1. Nueva comida: Agrega un tiempo de comida.
- 2. Nuevo Componente: Agrega un nuevo componente al tiempo de comida seleccionado.
- 3. Permite duplicar el tiempo de comida o componente seleccionado. Es muy útil si se va a ingresar un tiempo de comida similar a uno ya diseñado.
- 4. Elimina el tiempo de comida o componente seleccionado. eliminar componentes en el tiempo de comida previamente seleccionado.
- 5. **Subir**: Permite cambiar la posición de un tiempo de comida o componente en dirección ascendente en el mismo nivel.
- 6. **Bajar**: Permite cambiar la posición de un tiempo de comida o componente en dirección descendente en el mismo nivel.
- 7. Permite agregar tiempos de comida y componentes de uso frecuente.

Si al dar clic en "Aceptar" existen elementos en el nivel de tiempo de comida (o dado el caso en el nivel de Componentes) que no se definieron como tiempos de comida se muestra el siguiente mensaje

	Tiempos de Comida 🛛 🗙
?	¿Desea eliminar los tiempos de comida o componentes no definidos en el proyecto?
	<u>Si</u> <u>N</u> o

Si se selecciona la opción "Si" el sistema elimina los tiempos de comida y/o componentes existentes en el proyecto pero que no están definidos la estructura de tiempos de comidas y componentes.

#### Agregando anotaciones

Para agregar una anotación en la barra de herramientas se debe seleccionar la opción "Agregar-> Anotación".

Al seleccionar la opción se muestra el siguiente formulario:

Nueva anotación		×
Escriba el nombre de la anotación Anotación 1	7	
OK Cancel	]	
		.:

Se ingresa el respectivo texto y se selecciona la opción OK.

	C Dieta infantil.mns - MenusPlus	•		
+ É	nú Preparación Alimento	6 5	6 № / □	
Aportes	Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → ALMUERZO	+ 5	SOPA DE PASTA	4 →
del menú	무 Elemento		Peso neto (g)	Cal (K
	VOGURT	$\pm$	150	
Más	<u>I</u> Yogurt		150	
• utilizados	GALLETAS DE DULCE	+	15	
	I Galletas	1	15	
	▲ Ψ¶ ALMUERZO	Ŧ	313	
	SOPA DE PASTA	÷	31	
Fuentes de	Pastas alimenticias macarrones, espaguet		8	
alimentos	Arveja		5	
	Zanahoria		5	
	📕 Cebolla común - tallo		3	
	📕 Carne de res - Semigorda ( Grasa entre el		10	
	Porcion total en liquido 250 cc			
	Alimento proteico	+	68	

### Agregando alimentos

Se puede agregar un alimento seleccionando una preparación y luego:

- En la barra de herramientas seleccionar la opción "Alimento (1)"
- En la preparación dar clic sobre el botón "Agregar" (2)
- Con la tecla rápida CTRL+A

MenusPlus mostrará una ventana donde se puede buscar el alimento:

# Agregar un alimento de tabla de alimentos

Buscar por nombre, código o grupo de alimentos Fuentes de alimentos Más utilizados Crear alimento personalizado Alimentos personalizados × TCAC 2018 × TCAC 2015 × TCAC 1978 × USDA SR 18 Nombre Tabla Código Descripción Grupo Calorías (g) Calorías (g) Catobridrat. Calcio (mg) Modificar × Borrar	➡ Agregar alimen	0		1	<b>♀</b> Agreg	ar en <b>DIETA</b>		IL 1> ALMUE	RZO> SOI	D X
Fuentes de alimentos     Más utilizados     Image: Subscription     Image: Subscription <td< th=""><th>Q Buscar por nombre, código</th><th>o grupo de alimentos</th><th>×</th><th></th><th></th><th></th><th></th><th></th><th></th><th></th></td<>	Q Buscar por nombre, código	o grupo de alimentos	×							
3       4       Sin resultados         A Alimentos personalizados × TCAC 2018 × TCAC 2005 × TCAC 1978 × USDA SR 18       •         9       Nombre       Tabla       Código       Descripción       Grupo       Calorias (Kcal)       Proteinas (g)       Calcio (g)       Hierro Totales(g)       Hierro (mg)         8	E Fuentes de alimentos	Más utilizados	🕀 Crear alimento p	personalizado 5						
Alimentos personalizados ¥ TCAC 2018 ¥ TCAC 2015 ¥ TCAC 2005 ¥ TCAC 1978 ¥ USDA SR 18   A Nombre Tabla Código Descripción Grupo Calorías Grasas Carbohidrat. Caloría Calorías (g) Calorías (g) Caloría (g) Caloría (g) Caloría (g) (g) Caloría (g) (g) Caloría (g) (g) Caloría (g) (g) (g) Caloría (g)	(3)	4		Sin resultados				6 = 9	Selecciona	r fuentes 🔹
A     Nombre     Tabla     Código     Descripción     Grupo     Calorías (Kcal)     Proteínas (g)     Grasas (g)     Calcio (mg)     Hierro (mg)       8     8	🗙 Alimentos personalizados 🗙	TCAC 2018 × TCAC 20	15 <b>X</b> TCAC 2005 <b>X</b> TCA	C 1978 🗙 USDA SR 18	3					-
B B B C C C C C C C C C C C C C	P Nombre	Tabla Co	ódigo Descripción	Grupo	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidrat Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)
Coulordan - Coulordan Magnetian - Coulordan Magnetian	<			8	_		ardar	Guardary a	3 Mod	10 → ificar X Borrar

Las opciones del formulario son:

- 1. Ruta: Muestra en donde se va a agregar el alimento en el proyecto.
- 2. **Buscar**, Ingresa el texto del nombre del alimento o código del alimento. El texto puede ser una o varias palabras del nombre del alimento.
- 3. Fuente de alimentos: Muestra los alimentos encontrados en las fuentes de alimentos seleccionadas.
- 4. Más utilizados: Muestra los alimentos encontrados en los alimentos más utilizados del proyecto.
- 5. **Crear alimento personalizado**. Se utiliza cuando el alimento no se encuentra en las tablas de composición o cuando se quiere personalizar un alimento de las tablas.
- 6. Seleccionar fuentes. Permite seleccionar las tablas de alimentos que se vana utilizar para la búsqueda.
- 7. Muestra las fuentes de alimentos seleccionadas.
- 8. **Resultados de la búsqueda**. Se muestran los alimentos encontrados con su análisis nutricional. Si se han ingresado su recomendación entonces también muestra cual seria el cubrimiento de los requerimientos.
- 9. Modificar: Modifica el alimento personalizado seleccionado del resultado de la búsqueda.
- 10. Borrar: Borra el alimento personalizado seleccionado del resultado de la búsqueda.
- 11. Guardar: Agregar el alimento seleccionado en la ruta del proyecto.
- 12. Guardar y agregar más: Permite agregar el alimento seleccionado y seguir en la ventana para agregar más alimentos.
- 13. Cerrar: Cancela la operación de agregar alimento.

### Notas:

• En el cuadro de texto al oprimir la tecla ENTER MenusPlus selecciona el listado de alimentos

encontrados. Con las fechas de arriba y abajo se puede seleccionar un alimento. Por último oprima la tecla **ENTER** para que se agregue el alimento seleccionado.

 Si el resultado de la búsqueda esta vacío y oprime la tecla ENTER entonces se creará alimento personalizado.

## Agregar con las teclas CTRL+TAB O CTRL+ENTER

Se puede agregar un alimento directamente al proyecto de las siguiente forma:

- Seleccione una preparación y oprima las teclas **CTRL+TAB** (agrega un elemento hijo)
- Seleccione un alimento y oprima las teclas **CTRL+ENTER** (agrega un elemento en el mismo nivel)

MenusPlus agrega por defecto el alimento "Aceite, de soya".

#### Cambiar alimento

C 🗄 🗉	C Dieta infantil.mns - MenusPlus			
Archivo	onfiguración 👻 🚍 Ver 👻 🥊 Reportes 👻 🕐 Ayuda	•		
+ <b>, Ľ</b> Agregar Me	ப் 🔝 🗓 enú Preparación Alimento	6 ቤ	i fi / 🖬	Ō
Aportes	<u> </u>	ъH	IUEVO REVUEL	то
del menú	무 Elemento		Peso neto (g)	Ca (ł
C Duscar	🏲 Proyecto	Ŧ		
Utilizados	DIETA INFANTIL 1	٠	1149	
	✓ Ψ¶ DESAYUNO	Ŧ	293	
	▲ WEVO REVUELTO	$\pm$	58	
	Huevo entero		50	
Fuentes de	Aceites		8	
alimentos	AREPA	÷	2 35	
	Arepa redonda		35	
	MANTEQUILLA	Ŧ	8	
	Antequilla	티	8	
	MILO	Ŧ	192	
		$\rightarrow$ 1	4.0	

Se puede cambiar el alimento seleccionado con una de las siguientes opciones:

• En la barra de herramientas en la opción "Cambiar alimento" (1).

- Con el botón "Cambiar alimento" (2) en el área de trabajo.
- Cambiar el alimento con el nombre.

# Cambiar alimento con el nombre

Para cambiarlo por el nombre siga los siguientes pasos:

🝃 P	royecto		Ŧ					
ď	DIETA INI	FANTIL 1	₽		1159	1888,93 109,2%	67,07 216,43	2
	✓ Ψ¶ DESA <sup>™</sup>	YUNO	+		303	502,45	15,7	1
	⊿ <u>∭</u> H	UEVO REVUELTO	Ŧ		68	242,22	6,4	0
		Huevo entero 🚺	2	55,55 gramos	50	81,50	6,4	0
		Aceites	Q	8 gramos	8	70,72		
		🕻 tomate 🛛 🗸	Q	10 gramos	10	90,00		
FUENTE	ID	ALIMENTO						^
TCAC 201	8 L017	Salsa de tomate -						
TCAC 201	8 E040	Sardinas, enlatadas e	en sala	as de tomate -				
TCAC 201	8 C081	Tomate de árbol ama	rillo, c	rudo - Pulpa sin semilla	as			
TCAC 201	8 C082	Tomate de árbol rojo,	crude	o - Pulpa sin semillas				
TCAC 201	8 B104	Tomate, escaldado,	in sal	Pulpa				
TCAC 201	8 B105	Tomate, extracto, free	<u>, 6</u>	extracto/jugo				
TCAC 201	8 B103	Tomate. crudo - Pulpa	a					
TCAC 201	5 670	Sabajón de tomate de	e árbo	ol amarillo -				
TCAC 201	5 671	Sabajón de tomate de	e árbo	ol morón -				
TCAC 201	5 924	Salsa de tomate -						¥
. ц	4 рости на				1002	3080,58	103,99	8

- Paso 1: Escriba el l nombre o el código del alimento y de clic sobre la fecha (1) u oprima la fecha hacia abajo del teclado
- Paso 2: Seleccione el alimento del listado de alimentos encontrados (2)

# Cambiar alimento con el botón "Cambiar Alimentos"

La opción de cambiar alimentos permite hacer una comparación de los nutrientes de los alimentos y permite cambiar el mismo alimento adicionalmente para todo el menú o para todo el proyecto.

Los pasos para realizar el cambio son los siguientes.

Aceite	es			×							
B	Fuentes de alimentos	JE Mas utiliza	aos 🕂	Crear alimento p	27 resultados				=	Selecciona	r fuentes
× TC/	AC 2018 X TCAC 2015 X	TCAC 2005 × TCA	AC 1978 🗙 (	JSDA SR 18							
<del>р</del>	Nombre	Tabla	Código	Descripción	Grupo	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidrat Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)
Л	Aceite de ajonjolí o sésamo	TCAC 2018	D001		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Л	Aceite de algodón	TCAC 2018	D002		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Л	Aceite de canola o colza	TCAC 2018	D003		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Л	Aceite de girasol	TCAC 2018	D004		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Л	Aceite de linaza o lino	TCAC 2018	D005		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1	[	0,2%	
Л	Aceite de maíz	TCAC 2018	D006		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Л	Aceite de maní	TCAC 2018	D007		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Д	Aceite de oliva	TCAC 2018	D008		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
Л	Aceite de palma	TCAC 2018	D009		D. Grasas y aceites	900 52,0%		100 208,1			
<											1

- 1. Busque el nuevo alimento. Puede buscar en los más utilizados o crear un nuevo alimento personalizado.
- 2. Selecciona donde se va a buscar el alimento. Puede ser
  - Fuente de alimentos: Se busca en la tablas de alimentos y en los alimentos personalizados.
  - o Más utilizados. Se busca en los alimentos más utilizados del proyecto.
  - Crear alimento personalizado: Crea un nuevo alimento personalizado.
- 3. Seleccione el alimento de la lista de encontrados.
- 4. De clic en el botón "Cambiar" o doble clic sobre el nuevo alimento.

Una vez seleccionado el alimento que reemplazara al alimento actual debe confirmar como se va a efectuar el cambio en el siguiente formulario:



Las opciones son las siguientes:

• Alimento actual: Solo se cambia el alimento seleccionado.

- Menú actual: Se cambian los alimentos que sean iguales en el menú.
- Proyecto: Se cambian los alimentos que sean iguales en todo el proyecto.

#### Agregando preparaciones

Se puede agregar una preparación seleccionando un tiempo de comida (o componente) y luego dar clic sobre el botón "Preparación" (1) o "agregar" (2) en el área de trabajo.

	C 🖬	C Dieta infantil.mns - MenusPlus				
Arc	hivo 🗱 Co	onfiguración 🕤 🖃 Ver 🔹 🥊 Reportes 🔹 🕐 Ayuda	a -			
	+ . 5	3 w 🕛 🕰 👌	6 🖣	h 🖬 🧪 🖂	💼 🔍 Pe	rsonalizar 👻
Α	gregar Me	nú Preparación Alimento				
0	Aportes	쒸 Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → ALMUERZO	•			
	del menú	무 Elemento		Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)
M	Buscar	▲ Mathematical Action Acti	Ð	15	66,45	1,55
Π	Más	📕 Galletas		15	66,45	1,55
	utilizados	▲ ₩♥ ALMUERZO	Ŧ	2 313	541,51	21,25
		SOPA DE PASTA	Ŧ	31	69,18	3,99
		Pastas alimenticias macarrones, espaguet		8	28,00	0,86
		Arveja		5	15,40	1,20
±.,	Fuentes de	🔟 Zanahoria		5	1,80	0,04
	alimentos	📕 Cebolla común - tallo		3	0,78	0,04
		📕 Carne de res - Semigorda ( Grasa entre el	Π	10	23,20	1,87
		Porcion total en liquido 250 cc				
		Alimento proteico	Ð	68	160,72	12,90
		🔟 Carne de res - Magra (Grasa inferior al 14		60	90,00	12,90
		Aceites		8	70,72	
		Image: Antipage An	Ŧ	36	6,29	0,35
		Lechuga romana	Π	10	1,30	0,11
		Tomate		20	3,40	0,18
		<				

Se puede agregar un alimento seleccionando un tiempo de comida o grupo de alimentos y luego:

- En la barra de herramientas en el botón "Preparación" (1)
- En la preparación dar clic sobre el botón "Agregar" (2) en un tiempo de comida o grupo de alimentos.
- Con la tecla rápida CTRL+P

MenusPlus mostrará el siguiente formulario:

# Agregar una preparación con preparaciones personalizadas

Escriba una parte del	nombre de la prepara	ación	×	5						
Preparaciones p	ersonalizadas	Más utilizadas	🕀 Crea	r preparación						
	3	4		Sin resultado	s					
lombre 6	Porción	Peso bruto	Peso neto	Peso cocido	Calorías	Proteínas	Grasas	СНО	Descripción	

Las opciones del formulario son:

- 1. Ruta: Muestra en donde se va a agregar el alimento en el proyecto.
- 2. **Buscar**, Ingresa el texto del nombre de la preparación. El texto puede ser una o varias palabras del nombre de la preparación.
- 3. Preparaciones personalizadas, muestra las preparaciones personalizadas con el criterio de búsqueda.
- 4. Más utilizadas: Muestra las preparaciones más utilizadas del proyecto.
- 5. Crear preparación. Agrega una preparación sin alimentos al proyecto
- 6. Resultados de la búsqueda. Se muestran las preparaciones encontradas con su análisis nutricional.
- 7. Guardar: Agregar la preparación seleccionada en la ruta del proyecto.
- 8. **Guardar y agregar más**: Permite agregar la preparación seleccionada y seguir en la ventana para agregar más preparaciones.
- 9. Cerrar: Cancela la operación de agregar alimento.

# Notas

• En el cuadro de texto al oprimir la tecla **ENTER** MenusPlus selecciona el listado de preparaciones personalizadas encontradas. Con las fechas de arriba y abajo se puede seleccionar una preparación. Por último oprima la tecla **ENTER** para que se agregue la preparación seleccionada.

Si el resultado de la búsqueda esta vacío y oprime la tecla ENTER entonces se creará una preparación.

# Agregar una preparación con más utilizadas

Se puede agregar una preparación utilizada previamente en el proyecto.

# Agregar con las teclas CTRL+TAB O CTRL+ENTER

Se puede agregar una preparación directamente al proyecto de las siguiente forma:

- Seleccione un tiempo de comida o componente y oprima las teclas **CTRL+TAB** (agrega un elemento hijo)
- Seleccione una preparación y oprima las teclas **CTRL+ENTER** (agrega un elemento en el mismo nivel)

MenusPlus agrega por defecto la preparación "Preparación".

#### Modificar

•

Para modificar un elemento puede utilizar las siguientes formas.

# Por el inspector de elementos

≡ 1 🔁 つ Archivo 🏚 Co	C Dieta infantil.mns - MenusPlus onfiguración -	uda •					٩, ۱	mpresarial — □ × Ậ0
<b>+ , Ľ</b> Agregar Me	nú Preparación Alimento	∅ ⊑	i 💼 🗮 Per	rsonalizar 🔻	↑ ↓ ← -	¥⊠×	Detalles Ciclo	■
Aportes	I Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → DESAYUI		IUEVO REVUEL	TO → Huev	o entero		<i>iii 2 In</i>	spector 🗙
🔍 del menú	무 Elemento		Peso neto	Calorías	Proteínas	Grasas 🔺	Hue Hue	vo entero
<b>Q</b> Buscar	Provecto		(g)	(KCdI)	(g)	(9)	General Minuta pa	itrón Nutrientes
↓ Más utilizados	DIETA INFANTIL 1	8	1149	1798,93 104,0%	67,072 155,1%	85,41 177,7	General Nombre	Huevo entero
	▲ Ψ♥ DESAYUNO	- 81	293	412,45	15,71	26,3	Descripción	
	A MUEVO REVUELTO	- 8	58	152,22	6,40	13,7	<sup>▲</sup> Peso	
	📕 Huevo entero		50	81,50	6,40	5,7	Porción Bruta	55,555 g
	Aceites		8	70,72		8,0	Peso bruto (g)	55,555 🔺 🎰
	⊿ 📷 AREPA		35	60,55	1,44	0,1		
	Arepa redonda		35	60,55	1,44	0,1	Peso neto (g)	50 - 🖽
Fuentes de	▲ MANTEQUILLA	Ð	8	58,56	0,10	6,5	Cocción	Ninguno / 1x
alimentos	📕 Mantequilla		8	58,56	0,10	6,5	Peso cocido (g)	50 ≑ 🎹
	MILO	•	192	141,12	7,78	5,8	Porción servida	
	<u>I</u> Milo		12	51,12	1,66	1,3	▲ Información	
	🔟 Leche de Vaca - Pasteurizada		180	90,00	6,12	4,5	ninonilación	4.0.00
	Leche al 100%						Costo	\$ 0,00
		_8	165	207,45	5,90	7,6	Tabla de alimentos	ICBF 1978 - 94
	YOGURT	_	150	141,00	4,35	4,:	Al i mento fuente	Huevo entero
	Yogurt	_2	150	141,00	4,35	4,:	% Parte comestible	90
	GALLETAS DE DULCE		15	66,45	1,55	5,2	Distribución calórica	Calorí:
			15	56,45	1,55	3,4	32.51	% de proteínas, 8
			515	541,51	21,25	25,	65,71	% de grasas y 4
	Bactas alimenticias macarrones esnagu		31	28.00	0.86	0( ×	1,78 %	de carbohidratos.
	<		0	20,00	0,00	>		•
Alimentos: 1 / 38								(! ← →

En el área de trabajo se selecciona un elemento (1) y en el panel inspector (2) se pueden consultar o modificar sus propiedades. Con el botón "Inspector" (3) se muestra u oculta la el panel del inspector de elementos (2). La pestaña general muestra las propiedades del elemento seleccionado.

Nota: Se pueden seleccionar varios elementos al tiempo (oprimiendo la tecla CTRL+P y dando clic en el elemento

	1
	des Formato
General 4	)
Nombre	Huevo entero
Descripción	
Peso	
Peso bruto (g)	55,55 🜩 🏢
Peso neto (g)	50 ≑ 🏢
Peso cocido (g)	50 ≑ 🏢
Porción	
Cantidad	55,55 ≑ 🏢
Medida Casera	(1g)
Porción servida	
<sup>d</sup> Características	5 -
Macronu	trientes Y ×
Calorías (Kcal) Proteínas (g) Gr	rasas (g) Carbohidratos (g)
81,5 4,7 % 20,6 % ▼ 1648,5 ▼ 24,6	5,75 0,35

章 Ins Huev	pector X
General Minuta pat	rón Nutrientes
4 General	3 4
Nombre	Huevo entero
Descripción	
<sup>4</sup> Peso	
Porción Bruta	55,555 g
Peso bruto (g)	55,555 🜩 🎹
Peso neto (g)	50 🗧 🧱
D Cocción	Ninguno / 1x
Peso cocido (g)	50 ≑ 🎹
Porción servida	
<sup>4</sup> Información	
Costo	\$ 0,00
Tabla de alimentos	ICBF 1978 - 94
Alimento fuente	Huevo entero
% Parte comestible	90
Distribución calórica	Calori
32,51 % 65,71 9 1,78 %	6 de proteínas 6 de grasas y de carbohidratos.
4	

- 1. La pestaña detalles muestra el nombre del elemento seleccionado.
- 2. General: En la pestaña "General" (2) se agrupan las características importantes del elemento.
- 3. **Minuta patrón**: En la pestaña "Minuta patrón" (3) se agrupan características para el comportamiento del elemento en cálculos de minuta patrón.
- 4. Nutrientes: En la pestaña "Nutrientes" se muestra el análisis químico de los nutrientes del elemento.
- 5. En el listado de propiedades (4) se muestra la información que se puede ajustar o consultar del elemento.
- 6. En la parte inferior se encuentran los gráficos con la información del aporte de los macronutrientes del elemento seleccionado.

# Por el botón "Modificar"

≡ 12 つ Archivo ‡Cc	C Dieta infantil.mns - MenusPlus onfiguración + 🖃 Ver + 🦸 Reportes + 🕐 Ayuda	ı •						Q, E	mpresarial —	□× ¢€
<b>+ , Ľ</b> Agregar Me	ப் ப் 🕹 😽 🖥 🖷 ச	" ⊑	💼 🗮 Per	sonalizar 🔹	↑↓← →	XX	Detalles	Ciclo	Vista doble	로 nspector
Aportes	I Proyecto → DIETA INFANTIL 1 → DESAYUNO	÷н	IUEVO REVUEL	TO → Huev	o entero		< <u>詳</u>	In	spector	×
💛 del menú	D Elemento		Peso neto	Calorías	Proteínas	Grasas 🔺	<u>&gt;</u>	Hue	vo entero	
Q Buscar			(g)	(Kcal)	(g)	(g)	General	Minuta pa	trón Nutrientes	
	Proyecto	<u>84</u> .		1700.00			<sup>4</sup> General			
Utilizados	DIETA INFANTIL 1	Ð	1149	1/98,93 104,0% ▲ 68,93	67,072 155,1%	85,41 177,7	Nombre		Huevo entero	
	Provide the second s	$\pm$	293	412,45	15,71	26,3	Descripci	ón		
	▲ Ìm HUEVO REVUELTO	Ð	58	152,22	6,40	13,7	<sup>4</sup> Peso			
	📕 Huevo entero		50	81,50	6,40	5,7	Porción B	ruta	55,555 g	
	Aceites		8	70,72		8,0	Peso brut	to (g)	55,555	<b></b>
	AREPA	+	35	60,55	1,44	0,1				
	Arepa redonda		35	60,55	1,44	0,1	Peso neto	o (g)	50 -	HH I
-=— Fuentes de	MANTEQUILLA	+	8	58,56	0,10	6,5	Cocción		Ninguno / 1x	
alimentos	Antequilla		8	58,56	0,10	6,5	Peso coci	do (g)	50 🚖	<b>H</b>
	MILO	+	192	141,12	7,78	5,8	Porcións	ervida		
	I Milo		12	51,12	1,66	1,5	4 Informat	ián		
	Leche de Vaca - Pasteurizada		180	90,00	6,12	4,5	monnac	lon		
	Leche al 100%						Costo		\$ 0,00	
	✓ Ψ¶ MEDIA MAÑANA	±.	165	207,45	5,90	7,6	Tabla de	alimentos	ICBF 1978 - 94	
	▲ Ìm YOGURT	Ð,	150	141,00	4,35	4,5	Alimento	fuente	Huevo entero	
	<u> </u>		150	141,00	4,35	4,5	% Parte	comestible	90	
	A Design Galletas de Dulce	Ŧ	15	66,45	1,55	3,2				
	A Galletas		15	66,45	1,55	3,2	Distribució	n calórica		Caloría
	▲ Ψ¶ ALMUERZO	Ð	313	541,51	21,25	23,9		32,51 9	% de proteínas, % de grasas v	4
	SOPA DE PASTA	Ð	31	69,18	3,99	1,7		1,78 %	de carbohidratos.	
•	Pastas alimenticias macarrones, espaguet		8	28,00	0,86	0,0 ~ >				
Alimentos: 1 / 38	3								(!)	$\leftrightarrow$

Seleccione un objeto (1) y luego de clic en el botón "Modificar" (2).

Se mostrara una ventana dependiendo del tipo de elemento seleccionado:

Modificar Alimento	□ ×
Huev	vo entero
General Minuta patrón Nutrientes	
<sup>4</sup> General	▲
Descripción	
<sup>4</sup> Peso	
▷ Porción Bruta	55,555 g
Peso bruto (g)	55,555 🗦 🏢
Peso neto (g)	50 🗦 🏢
▷ Cocción	Ninguno / 1x
Peso cocido (g)	50 🗦 🏢
Porción servida	
<sup>4</sup> Información	
Costo	\$ 0.00
Tabla de alimentos	ICBF 1978 - 94
Alimento fuente	Huevo entero
	Guardar Cerrar

Las propiedades mostradas dependen del tipo de elemento seleccionado.

<u>Menú</u>:

- Nombre: Nombre del menú.
- Descripción: Texto descriptivo asociado al menú.
- Porción: Porción

Contenedor (Tiempo de comida o componente/preparación):

- Nombre: Nombre del contenedor.
- **Descripción**: Texto descriptivo asociado al contenedor.
- **Promedio**: Si se marca esta opción, cuando se mire el campo peso neto del contenedor, no va mostrar la suma del peso neto de su contenido sino el promedio.
- **Peso Neto**: Suma total del peso neto del contenido del contenedor. Cuando se modifica este valor se ajusta proporcionalmente, de acuerdo al nuevo valor, el peso neto de todos los elementos hijos del contenedor.
- **Peso Bruto**: Suma total del peso bruto del contenido del contenedor. Cuando se modifica este valor se ajusta proporcionalmente, de acuerdo al nuevo valor, el peso bruto de todos los elementos hijos del contenedor.

- Agregar residuo a elemento con peso más alto: Para evitar perdida de valores al realizar el ajuste de peso neto o peso bruto, se tiene la opción "agregar el residuo al elemento con peso más alto" para las operaciones que involucran divisiones con residuos.
- **Peso Neto Forzado**: Este campo corresponde al valor que se quiere mostrar en el campo peso neto, en lugar del valor calculado por el sistema, al momento de exportar a excel.
- **Peso Bruto Forzado**: Este campo corresponde al valor que se quiere mostrar en el campo peso bruto, en lugar del valor calculado por el sistema, al momento de exportar a excel.

#### Anotación:

- **Nombre**: Nombre de la anotación.
- Descripción: Texto descriptivo asociado a la anotación.

Alimento personalizado: Alimento definido por el usuario.

- Nombre: Nombre del alimento adicional. Este campo solo se puede modificar en el módulo de Alimentos personalizados.
- Descripción: Texto descriptivo del alimento.
- Porción: Porción
- Peso Neto: Valor numérico en gramos que corresponde al peso neto del alimento agregado al menú.
- Peso Bruto: Valor numérico en gramos que corresponde al peso bruto del alimento agregado al menú.

Alimento de tabla: Alimento de una de las tablas de composición química soportadas por el sistema.

- Nombre: Nombre del alimento. No editable.
- Descripción: Texto descriptivo del alimento
- Porción: Porción.
- Peso Neto: Valor numérico en gramos que corresponde al peso neto del alimento agregado al menú.
- Peso Bruto: Valor numérico en gramos que corresponde al peso bruto del alimento agregado al menú.

#### Editar en grilla

En MenusPlus se puede editar directamente sobre el control que muestra la información, las celdas que son editables muestran una cuadricula (resaltado en amarillo):

<u> </u>	DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO >	HUEVO F	REVUELTO +	Huevo enter	o 关
<del>Ļ</del>	Elemento	А	Cantidad	Peso neto (g)	Calor (Kcal
Proyecto					$\sim$
a 💾 DIETA II	NFANTIL 1	8		1149	1
⊿ Ψ¶ DES	AYUNO	•		293	~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~
▲ Ì∭	HUEVO REVUELTO	<b>H</b>	I	58	~
	II Huevo entero	Q	55,55 gramos	50	~~~~
	IL Aceites	Q	8 gramos	8	
	AREPA	Ð	[	35	
	📕 Arepa redonda	Q	35 gramos	35	<
▲ ]∭	MANTEQUILLA			8	
	<u>II</u> Mantequilla	Q	8 gramos	8	
<b>⊿ `∭</b>	MILO	Đ_,		192	<
	A Milo	Q	12 gramos	12	
	Leche de Vaca - Pasteurizada	Q	180 gramos	180	
	Leche al 100%				$\sim$
	IA MAÑANA	<u>₽</u>	ļ	165	
<b>⊿ `∭</b> `		⊕_,		150	
	Yogurt	<u> </u>	150 gramos	150	
<u> </u>	GALLETAS DE DULCE	÷.		15	
	L Galletas	Q	15 gramos	15	
	UERZO	<b></b>	ļ	313	2
▲ ]∭	SOPA DE PASTA	+		31	
<					

De esta manera podemos cambiar los nombres a las preparaciones ya sea por asignar otro nombre o por cambiar la preparación como tal por una de las preparaciones personalizadas

	冒りご喧喧波/竜▲↓註器米☆▼											
🚇 P	👜 Proyecto → 💾 Día 1 → Ѱ¶ Desayuno → 🗽 Huevo Frito →											
	<del>џ</del>	Nombre	A	% Objetivo	Peso Neto(g)							
	🍃 Proyecto											
	🔺 💾 Día 1		ΨŤ		70							
	⊿ <b>Ψ</b> ¶ De	sayuno	+	0%	70							
	4 📷	Huevo Frito 2	- +		70							
		<u>II</u> Huevo entero	C2		60							
		Aceites	C2		10							
	Ψ¶ Aim	nuerzo	+	0%								
	<b>₩</b> ¶ Cer	na	+	0%								

	聞りの喧喧な/育↑↓註図米☆▼											
🔟 P	🚇 Proyecto → 💾 Día 1 → Ψ¶ Desayuno → 📷 pollo →											
	<del>Р</del>		Nombre	A	% Objetivo	Peso Neto(g)						
	🍃 Proy	vecto										
	⊿ 💾	Día 1		۳ſ		70						
	⊿	<b>₩¶</b> De:	sayuno	+	0%	70						
		Þ 📷	arroz	+		70						
		<b>₩</b> ¶ Alm	ARROZ PAJARITO ARROZ CON ESPINACA	÷	0%							
		<b>₩</b> ¶ Cer	ARROZ BLANCO ARROZ AJONJOLI	+	0%							

Lo mismo podemos hacer con los alimentos, los podemos cambiar por otro ya sea de la misma tabla de composición química o de otra.

副りご喧喧波/茴★★註図米≒▼										
🔟 Proyecto 🔸 💾 Di	ía 1 → Ψ¶ Desayuno → 📷 ARROZ CON ESPINACA	<u>→</u> Д	Aceite, de so	ya						
<del>Р</del>	Nombre	Α	Peso Neto(g)	CALORIAS						
👕 Proyecto										
a 💾 Día 1		Ψ¶	57,5	197,55						
▲ Ψ¶ Desayu	no	+	57,5	197,55						
🔺 📷 AB	ROZ CON ESPINACA	+	57,5	197,55						
Л	Arroz blanco, crudo	C)	45	157,05						
×	cebolla	C)	5							
S	espinaca	C)	2							
S	ajo	C)	0,5							
S	sal	C5	0,5							
	aceite	0	4,5	40,5						
<b>۳</b> ¶ Almuerz	[Personalizado] - ACEITE DE OLIVA SABORES-Aromas de	$\pm$								
<b>₩</b> ¶ Cena	[Personalizado] - Margarina	$\pm$								
	[Personalizado] - Aceites									
	ICBF (2015) - Aceite vegetal, mezcla									
	ICBF (2015) - Aceite, de canola									
	ICBF (2015) - Aceite, de cedro									
	ICBF (2015) - Aceite, de linaza									
	ICBF (2015) - Aceite, de palma africana, almendra									
	ICBF (2015) - Aceite, de sacha inchi									
	ICBF (2015) - Aceite, de semilias de tabaco negro									

En las demás celdas podemos ingresar el respectivo valor según el caso

	冒りの喧喧波/前↑↓詰図米な▼										
🛄 Pi	🔟 Proyecto 🔸 💾 Día 1 🔸 🏴 Desayuno 🔸 📷 ARROZ CON ESPINACA 🔸 🧕 Aceite veget										
	P Nombre	Α	Peso Neto(g)	CALORIAS							
	Proyecto										
	🔺 💾 Día 1	ťΫ	57,5	157,05							
	⊿ ₩¶ Desayuno	+	57,5	157,05							
	ARROZ CON ESPINACA	+	57,5	157,05							
	📕 Arroz blanco, crudo	CD	45	157,05							
	😻 cebolla	C2	5								
	😻 espinaca	C2	2								
	💱 ajo	C2	0,5								
	🔯 sal	5	0,5								
	📕 Aceite vegetal, mezcla	5	5.2	•							
	<b>₩</b> ¶ Almuerzo	÷		È.							
	<b>₩</b> ¶ Cena	+									

#### Eliminar

La opción "Eliminar" quita uno o varios elemento (menús, tiempos de comida, componentes/preparaciones, anotaciones o alimentos) del editor de menús.

#### Recomendaciones

MenusPlus permite definir las recomendaciones de todo el proyecto de cada menú.

Para ver las recomendaciones se selecciona la opción "**Configuración-> Recomendaciones**" (1) o la tecla rápida **CTRL-R** :

Archivo	о с ФС	C Nuevo proyecto - Modificado - Mer onfiguración 🗖 Ver 🛛 🧿 Ayuda	nusPlus	i De	talles 🚻 Ci	iclo 📕 Vista	a doble 🗎	Más detalle	25			م En	npresarial — 🗆 × 🕑
🛨 Agreg	Proyec	to		$\rightarrow 122$	(								Reportes - 3
	<b>•</b> •	Nutrientes	Ctrl+N			-					<	로 Insi	ector X
O Aporte del me	TI T	iempos de comida y grupos de aliment	tos Ctrl+T					-			. >	ALM	UERZO
	<b>e</b> c	Grupos de personas	Chil	(g)	Calorias (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	(mg)		General Minuta patr	ón Nutrientes
	🎔 R	Recomendaciones 👝 🛛 🥌	Ctrl+R	180	90,00	6,12	4,50	7,02	216,00	0,54			
Más	¥		- ·									General	
<ul> <li>utiliza</li> </ul>	• [	Recomendaciones de ingesta (Ctrl+R)	· ·	165	207,45	5,90	7,62	30,30	202,20	0,62		Nombre	ALMUERZO
	A	Las recomendaciones nutricionales se configuran para el provecto o para cada	•	150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50	0,45		Descripción	
	🔳 P	menú.		150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50	0,45		<sup>▲</sup> Peso	
	Biblic	Una minuta patrón tiene sus propias		15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70	0,17		Peso ingredientes (g)	313
	Φ 🗚	recomendaciones nutricionales.	+Mayús.+A	15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70	0,17		reso ingreatences (g)	
	Ā.	Cada grupo de personas tiene sus propias recomendaciones	Li Marida (D	313	541,51	21,25	23,98	60,69	70,41	4,66		Factor de conversión	1
	<b>X</b>		+iviayus.+P	31	69,18	3,99	1,77	9,17	8,06	0,88		Peso cocido (g)	313 🛟 🇱
Alimentos:	19/38				~~~~						~~~	~~~~~	

Se mostrará el siguiente formulario:

					Recomendaciones de ingesta	×
	Reco	mendacione	es por: Men	ú		
					DIETA INFANTIL 1	
No		2		4		Consultar RIEN CCopiar por grupo 🔻
<del>Ļ</del>	Nutriente	Mínimo recomendado	Máximo recomendado	Interpretación		
	Calorías (Kcal)	1730	0			
4	Proteínas (g)	31	0			
	AMDR	7,2%				
⊿	Grasas (g)	0	0			
	AMDR	0,0%				
⊿	Carbohidratos Totales(g)	0	0			
	AMDR	0,0%				
	Calcio (mg)	600	0			
	Hierro (mg)	13	0			
						7 8
						Guardar Cerrar

- 1. **Nutriente**: El nutriente al cual se va asignar la recomendación. Los nutrientes se seleccionan en "Ajustes\ Nutrientes".
- 2. **Mínimo recomendado**: Se ingresa el mínimo recomendado. En los macronutrientes en el AMDR se puede ingresar opcionalmente un porcentaje.
- 3. **Máximo recomendado**: Se ingresa el máximo recomendado para el nutriente. En los macronutrientes en el AMDR se puede ingresar opcionalmente un porcentaje.
- 4. Interpretación: En este campo se puede escribir un concepto sobre la recomendación dada al nutriente.
- 5. **Consulta RIEN**: Permite consultar las Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes para la población colombiana (RIEN) tanto para individuos como para grupos de edad.
- 6. **Copiar por grupo**: Permite copiar la recomendación de un grupo de personas a otro grupo de personas.
- 7. Guardar: Guarda los cambios en las recomendaciones y cierra el formulario.
- 8. Cerrar: Cierra el formulario sin guardar los cambios.

Las recomendaciones se pueden definir para el proyecto (es decir aplican para todos los menús) o para cada menú, para ello en la opción "**Configuración-> Propiedades del proyecto**":

Se mostrará el formulario de "Propiedades del proyecto":

🗄 Propiedades del proyecto	×
Lidentificación Ediculos Recomendaciones	Ŧ
Recomendaciones de ingesta	*
Recomendaciones por Proyecto 2	
Recomendaciones por cada menú	
Guardar Cerrar	

- 1. Se escoge la pestaña "Recomendaciones"
- 2. La opción "**Recomendaciones por Proyecto**" hace que todos los menús compartan todas las recomendaciones del proyecto.
- 3. La opción "Recomendaciones por cada menú" hace que cada menú tenga su propia recomendación.
- 4. Guardar; Guarda los cambios a las propiedades del proyecto y cierra el formulario.
- 5. **Cerrar**: Cierra el formulario sin guardar los cambios.

#### Consultar recomendaciones RIEN

MenusPlus permite permite consultar las recomendaciones de RIEN, para esto en formulario de recomendaciones de ingesta seleccione la opción "Consultar RIEN"

Al dar clic en la opción se muestra el siguiente formulario:

		Consulta RIEN								×
1	TIPO DE CONSULTA					C	ONSULTA RIEN			»
Recomendaciones para Individuos	Recomendaciones para Grup	oos 1	IMC Objetivo	21.0		Peso	IMC: 57 1	72		
INFORMACIÓN ANTROPOMÉTRICA GRUPO							07,1	~	3	
(MEDIDAS)			Calorías	1952,	66 Kcal/K	ig/Día g	2,219		-	
Peso (kg)	50	2				N	lacronutrientes			*
Talla (m)	1,65				AMDR	AMDF				
<sup>⊿</sup> (VALORACIÓN)			Nombre	AMDR	Límite Inferior (g)	Límite Superi	pr			
Actividad Física	Ligera - 1,45		Proteinas	14-20	68,343	97,633				
Edad (años-meses-dias)	25-0-0	_	Grasas	20-35	43,392	75,936				
Género	Mujer	•	Carbohidratos	50-65	244,082	317,30	7			
<sup>2</sup> INDICADOR										
IMC	18,365									
ТМВ	224,313								_	
<sup>d</sup> MUJER - EN GESTACIÓN			Nutriente		Valor Mír	nimo	Valor Máximo			
Adición de Energía	No aplica		Calcio (mg)		1000 (RD	A)	2500 (UL)			
Trimestre	No aplica		Hierro (mg)		27 (RDA)		45 (UL)			
<sup>4</sup> MUJER - EN LACTANCIA										
Estado Nutricional	No aplica									
Periodo	No aplica									
<sup>4</sup> NIÑO - LACTANTE										
Forma de Alimentación	No aplica									
<u> </u>		J		_	_	_				
									Guardar Cerrar	

Este formulario está dividido de la siguiente manera:

- 1. En esta parte se define si la consulta se quiere hacer para un individuo o para un grupo. Para el caso grupo, solo aplica para grupos homogéneos ya que la idea es que se ingrese la información representativa del mismo.
- 2. En esta parte se ingresa la información antropométrica requerida para consultar las tablas de RIEN.
- 3. En esta parte se muestra el detalle de lo arrojado por el sistema en relación al requerimiento de energía y de macronutrientes.
- 4. Finalmente en esta parte se muestra las recomendaciones de micronutrientes

#### Deshacer

La opción deshacer (<sup>12</sup>) permite deshacer los cambios realizados en el editor de menús.

#### Rehacer

La opción rehacer ( C) como su nombre lo indica permite rehacer una acción previamente deshecha ( )

#### Mover Arriba

la opción **(**Subir elemento actual) desplaza un elemento (menú, tiempo de comida, componente/preparación, anotación o alimento) una posición hacia arriba en el mismo nivel permitiendo ordenar de una manera diferente determinados elementos.

#### Mover Abajo

la opción (Bajar elemento actual) desplaza un elemento (menú, tiempo de comida, componente/preparación, anotación o alimento) una posición hacia abajo en el mismo nivel permitiendo ordenar de una manera diferente determinados elementos.

#### Expandir

a opción 🔯 (expandir) muestra todos los elementos hijos de un elemento seleccionado.

### Contraer

La opción 🔀 (contraer) permite contraer todos los elementos hijos de un elemento seleccionado. Personalizar preparación

Una preparación personalizada es guardada en MenusPlus para ser utilizada en en otros tiempos de comida, menús u otros proyectos

E P		- X	<b>D</b>						<b>`</b>	lø In	spector	3
"E (	#     Elemento	Peso neto (g)	Contar ••• Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro ng)		Propied	ades Formato	
	Proyecto	1149	1798,93 104,0%	67,072 216,4%	85,417	195,368	833,37 138,9%	10,518 80,9% ▼ 2,482		Nombre Descripción	MILO	
	▲ Ψ¶ DESAYUNO	293	412,45	15,71	26,321	28,657	293,81	2,79		<sup>2</sup> Peso		
	▲ Imit HUEVO REVUELTO	58	152,22	6,40	13,75	0,35	27,00	1,35		Peso bruto (g)	192	: 🖩
	I Huevo entero	50	81,50	6,40	5,75	0,35	27,00	1,35		Peso neto (g)	192	• 🖬
	📕 Aceites 🚍	8	70,72		8					4		
	AREPA	35	60,55	1,44	0,175	13,055	1,05	0,28		Porción		
	🔟 Arepa redonda 🚍	35	60,55	1,44	0,175	13,055	1,05	0,28		Porción servida		
		8	58,56	0,10	6,576	0,072	1,76	0,02		<sup>4</sup> Características		
	🔟 Mantequilla 💭	8	58,56	0,10	6,576	0,072	1,76	0,02		Costo	\$0,00	
•		192	141,12	7,78	5,82	15,18	264,00	1,14		d Minuta patrón		
		12	51,12	1,66	1,32	8,16	48,00	0,60		Erasuensia (#)		
	🔟 Leche de Vaca - Pasteurizada 🗧	180	90,00	6,12	4,5	7,02	216,00	0,54		necuencia (#)		
	Leche al 100%	l								Opcional		
	P  P  P  MEDIA MAÑANA	165	207,45	5,90	7,62	30,3	202,20	0,62		Promedio	L] No	
	▲ ₩¶ ALMUERZO	313	541,51	21,25	23,976	60,687	70,41	4,66				
	SOPA DE PASTA	31	69,18	3,99	1,770	9,167	8,06	0,88				
	🔟 Pastas alimenticias macarrones, espaguetis, conchitas, let 🖵	8	28.00	0.86 Posomondasió	0,032	5,888	2,00	0,30				
	🔟 Arveja 🚍	5	4,00 % Valor	1,20	0,04	2,7	3,00	0,23				
	🔟 Zanahoria 🗧	5	1,80	0,04	0,005	0,42	1,65	0,03		Distribución calórica		Ca
	📕 Cebolla común - tallo 🚍	3	0,78	0,04	0,003	0,159	0,81	0,01		21,57	% de proteínas, % de grasas v	
	📕 Carne de res - Semigorda ( Grasa entre el 14 y 20%)	10	23,20	1,87	1,69		0,60	0,31		42,11	% de carbohidratos.	
	Porcion total en liquido 250 cc									4		

Para crear una preparación personalizada primero seleccione una preparación del proyecto (1) y de clic en el botón "Personalizar selección" (2) en la pestaña de inicio.

Se muestra un dialogo para confirmar si se personaliza como alimento personalizado o como preparación personalizada:



Una vez confirmado como "Preparación personalizada" el programa permite cambiar el nombre conque se va a agregar:

Agregar p	preparación personalizada	×
Nombre	e de la preparación personalizada:	
MILO		
	Aceptar Cancel	ar
	MENUSPLUS X	
1	Se agregó 'MILO' en preparaciones personalizadas	
	Ok	

Ahora la preparación personalizada se puede seleccionar al agregar una preparación:

Agregar prepario	aracion						<b>∀</b> <sup>DIE</sup>	IA INFA	INTIL 1> DESAYU	
Personalizadas	9 1 Más utilizadas	Crear p	preparación							
			Prepa	araciones person	alizadas (1)					
lombre -★ MILO	Porción	Peso bruto 192	Peso neto 192	Peso cocido 192	Calorías 141,12	Proteínas 7,776	Grasas 5,82	CHO 15,18	Descripción	

## Convertir en alimento personalizado

Al seleccionar un alimento y luego seleccionar cualquiera de las siguientes dos opciones

= 1 C Nuevo proyecto - Modificado - MenusPlus								
Archivo Configuración 🖃 Ver 🧿 Ayuda								
🕒 Agregar 😹 暄 🍺 🖉 🛱 🗮 Personalizar 🔹 💼 🛧 🛶 🖶 💥 💦 📑								
Aportes								
del menú	Ф Elemento	Peso neto (g)						
Q Buscar	👕 Proyecto							
↓ Más utilizados	A 💾 HIPOSODICA HOMBRE 45	2019						
	▲ Ψ¶ DESAYUNO	344						
	A IM FRUTA O BEBIDA DE FRUTA	100						
	All Melón común	100						
	fruta picada							
	BEBIDA EN LECHE							
-=— Fuentes de	Cortar							
alimentos	T Azúcar							
	Pegar	40						
	L Cuajada	40						
	No quesos mad 🕈 Subir e	elemento						
	🔺 📷 DERIVADO DE CERE 🖶 🛛 Bajar e	elemento 80						
	A Pan blanco	2 80						
	✓ Ψ¶ MEDIA MAÑANA	260						
	▲ Ì∭ LACTEO	180						
	Vogurt							
	A M FRUTA	80						
	Fresas	80						
	T ALMUERZO	725						
Alimentos: 1 / 50	)	$\rightarrow$						

- 1. En la barra de herramientas, en la opción "Personalizar" (1).
- 2. En el menú contextual e la opción "Personalizar" (2).

Si el alimento no ha sido personalizado previamente, MenusPlus muestra un formulario donde se pude definir los detalles de alimento personalizado:

🕇 Crear a	limento personalizado	2
Identificación		
Nombre:	Melón común	
Descripción	Pulpa sin semilla	4
Código:		
Grupo de Alimentos:	Frutas	
Nutrientes Pre	4 Medidas caseras Factores cocido Análisis 100 g 6 7 8 9	
Alimento Fuente:	ICBF 1978 - 212 - Melón común Buscar 🔾 Quitar 🗙	
Parte Comestible:	50,00	9
Nutrientes persona	lizados	
🕂 Agregar Nutri	entes Macronutrientes Peso parte analizada (g) 100,00	
Nomb	re Valor	
Origen del Aliment	• % Proteina Animal: 0,00 🗐 % Grasa Vegetal: 0,00 🗐 Guardar	

- 1. **Nombre**: Nombre del alimento (obligatorio).
- 2. Descripción: Descripción del alimento (opcional)
- 3. Código: Código personalizado para el alimento. (opcional)
- 4. Grupo de alimentos: Grupo de alimentos (opcional)
- 5. Pestaña Nutrientes: En la pestaña nutrientes se definen propiedades nutricionales del alimento
- 6. Pestaña Precio: Permite definir el precio del alimento por unidad de compra (opcional).
- 7. Pestaña Medidas caseras: Permite definir las medidas caseras del alimento (opcional).
- 8. **Pestaña Factor cocido**: Permite definir los métodos de cocción y los factores de cocido del alimento (opcional).

- 9. **Pestaña Análisis 100 g**: Muestra la composición nutricional del alimento combinando tanto los nutrientes personalizados como los datos del alimento fuente.
- 10. Guardar: Guarda la información el alimento y cierra el formulario.
- 11. Cerrar: Cierra el formulario y no crea el alimento.

Al dar clic en la opción "Guardar" se muestra el siguiente mensaje:

	MenusPlus	×
i	Se agregó el alimento personalizado 'Melón comúr	ť
	Ok	

Al dar clic en "Ok" el sistema pregunta lo siguiente:

ATENCIÓN	×
(i) Cambiar alimento	
Cambiar 'Melón común' por 'Melón común' en:	
Alimento actual	
O Menú actual	
O Proyecto	
<u>O</u> k <u>C</u> ar	icelar

En esta parte el sistema pregunta si se quiere reemplazar el alimento original por el alimento personalizado que se acaba de crear.

El cambio o reemplazo puede ser:

- Alimento actual: Del elemento actual seleccionado
- Menú actual: De todas las veces que aparece el alimento en el menú actual
- Proyecto: De todas las veces que aparece en todo el proyecto.

#### Pestaña Nutrientes

la pestaña nutrientes se definen propiedades nutricionales del alimento

Alimento Fuente:	ICBF 1978 - 212 -	Melón común			B	uscar <b>Q</b> Quitar 🕽
arte Comestible:	50,00 ≑ 🔢					
lutrientes persor	nalizados					
🕂 Agregar Nut	rientes	Hacronutrie	entes	Peso parte analiz	ada (g)	100,00 茾 🗖
6						

- 1. Alimento fuente: Referencia a un alimento de una tabla de alimentos donde se toma la información nutricional Se puede buscar un alimento de las tablas de alimentos o se puede quitar la referencia del alimento.
- 2. **Parte comestible**: Permite definir el porcentaje de parte comestible que tiene el alimento. Al personalizar se toma la parte comestible definida en las tablas de alimentos pero puede ser ajustada.
- 3. Agregar nutrientes: Permite agregar nutriciones personalizados a la composición nutricional. Si el alimento tiene definido un "alimento fuente" los nutrientes personalizados remplazan a los de la tabla de alimentos.
- 4. Macronutrientes: Define como alimentos personalizados las calorías, proteínas, grasas y carbohidratos.
- Peso parte analizada: Define el peso de la porción de la cual se esta ingresando la información de los nutrientes. Las fichas técnicas de los alimentos generalmente analizan porciones pequeñas (por ejemplo 30 gramos) así que esta opción ahorra tiempo pues permite ingresar directamente los datos de la ficha técnica.
- 6. Lista de nutrientes personalizados: Muestra los nutrientes que se han personalizado para el alimento.
- 7. % Proteína Animal: Permite definir el porcentaje de proteína animal
- 8. % Grasa vegetal: Grasa vegetal del alimento (opcional).

#### Pestaña Precio

Permite definir el precio del alimento por unidad de compra (opcional).

Nutrience Precio Medidas caseras Factores cocido Análisis 100 g						
Precio unidad:	s 0,00 = 1					
Peso unidad (g):	1.000,00 = 2					
Fecha precio:	5/08/2021 3					
Nombre unidad:	4 POR EJEMPLO PAQUETE, BOTELLA, UNIDAD					
Marca:	5					
Presentación	6					
Proveedor:	7					
Embalaje:						

- 1. **Precio unidad**: Precio de la unidad de compra.
- 2. **Peso unidad (g)**: Peso en gramos de la unidad de compra.
- 3. Fecha precio: Fecha del precio.
- 4. Nombre unidad: Nombre de la unidad de compra.
- 5. Marca: Marca de la unidad de compra.
- 6. **Presentación**: Presentación de la unidad de compra.
- 7. **Proveedor**: Proveedor del producto.
- 8. **Embalaje**: Tipo de embalaje de la unidad de compra.

#### Pestaña Medidas caseras

Permite definir las medidas caseras del alimento (opcional).

	Nutrientes Pro Medi	idas caseras Factores cocido Análisis 100 g	
0	+ - 2		
	MEDIDAD CASERA	PESO (g)	
- 1. Agrega una medida casera al listado de medidas.
- 2. Borra la medida casera seleccionada.
- 3. Listado de medidas caseras: Muestra las medidas caseras agregadas al alimento.

## Pestaña Factores cocido

Permite definir los métodos de cocción y los factores de cocido del alimento (opcional).

	Nutrientes Precio Medidas caser, Factores cocido Análisis 100 g
1	+ - 2
	METODO DE COCCION FACTOR COCIDO

- 1. Agregar un nuevo factor de cocido al alimento.
- 2. Borra el factor de cocido seleccionado.
- 3. Listado de factores de cocido del alimento.

## Pestaña Análisis 100g

Muestra la composición nutricional del alimento combinando tanto los nutrientes personalizados como los datos del alimento fuente.

## Importando menús desde archivos Excel

Esta funcionalidad permite importar menús contenidos en un archivo Excel. Para realizar esta acción se debe ir a la opción de la pestaña "Archivo->Importar->Archivo de Excel..."



Al dar clic en la opción se muestra el siguiente formulario

📩 Impor	tar menús desde	un archivo Excel			
Formato Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
¿Qué Importa Permite Requiet Menús Menús Mo se imp Se usan las Ciclo	formato con menús. especificar las columnas re las preparaciones y la formato de ciclo de men portan alimentos. preparaciones persona	del formato e importar los menús por hojas. os alimentos.	Importa un formato de frecuencia de con encuentra en una fila. Frecuencia de consumo	sumo en que cada menú se	
Importa un No se imp Se usan las Ciclo con	n formato de ciclo de men <b>vortan alimentos.</b> , preparaciones personaliz <b>grupos de alime</b> l	ús con <b>grupos de alimentos.</b> zadas. <b>ntos</b>	< Antr	rior Siguiente >	Cerrar

Para importar datos se debe tener en cuenta el tipo de información que se quiere importar y el formato o estructura que debe cumplir para que MenusPlus lo pueda procesar.

A continuación se explica en detalle los procesos de importación de datos.

Importar formato con menús

Se revisa el archivo Excel que se quiere importar

А	В	С	D	E	F				
MENÚ	TIEMPO DE COMIDA	PREPARACION	INGREDIENTES	PESO NETO grocc	Código Alimento				
menu1	DESAYUNO	CHOCOLATE	Leche entera pasteurizada de vaca	120	769				
			Chocolate con azúcar	14	868				
		MELON	Melón común	120	416				
		QUESO	Queso Campesino	60	AB1156				
		PAN	Pan blandito	70	88				
		APORTE NUTRIENT	ES DESAYUNO						
	RECOMENDACIONES DIARIAS (EDAD)								
	% ADECUACION								
	ALMUERZO	SOPA PASTA	Papa pastusa, sin cáscara	15	243				
			Arveja seca	2	1060				
			Cebolla junca	5	186				
			Zanahoria	12	300				
			Pasta alimenticia	9	117				
			Carne de res, semigorda	10	657				
		PESCADO EN SALSA TÁRTARA	Pescado de río	110	581				
			Leche entera pasteurizada de vaca	2	769				
			Huevo de gallina	4	850				
		ARROZ BLANCO	Cebolla junca	5	186				
			Arroz	29	10				
		JUGO DE MANGO	Azúcar	16	858				
			Mango maduro	45	CD403				
	APORTE NUTRIENTES ALMUERZO								
	RECOMENDACIONES DIARIAS (EDAD)								
		% ADECUA	CION						
	COMIDA	ATUN CON VERDURA	Atun en Aceite	110	537				
			Arveja seca	10	1060				
			Zanahoria	40	300				
		ARROZ BLANCO	Cebolla junca	5	186				
			Arroz	40	10				
		PAPA EN CUADROS	Papa pastusa, sin cáscara	80	243				
		JUGO DE GUAYABA	Azúcar	16	858				
			Guayaba madura	45	370				
		APORTE NUTRIEN	TES COMIDA						
		RECOMENDACIONES	DIARIAS (EDAD)						
		% ADECUA	CION						
menu2	DESAYUNO	CHOCOLATE	Leche entera pasteurizada de vaca	120	769				
			Chocolate con azúcar	14	868				

Al dar clic en la opción "Archivo> Importar" se muestra el siguiente formulario:

📩 Import	tar menús desde	un archivo Excel			<b>×</b>
<b>Formato</b> Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
:004	formato	va a importar?			
Importa Permite Requien	un formato con menús. especificar las columnas e las preparaciones y lo	del formato e importar los menús por hojas. os alímentos.	Importa un formato de frecuencia de consu encuentra en una fila. Frecuencia de consumo	umo en que cada menú se	
A Importa un	formato do ciclo do mon	eler.			
No se importa di No se impo Se usan las	preparaciones persona	lizadas.			
Ciclo de m	enús				
Importa un No se impo Se usan las	formato de ciclo de men <b>ortan alimentos.</b> preparaciones personaliz	uís con <b>grupos de alimentos</b> . zadas.			
Ciclo de m	enús con grupo	s de alimentos			
				< Anterior S	iguiente > Cerrar

Se selecciona la opción "Menús" (1):

Se mostrará el siguiente formulario:

ormato po de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación prev Vista previa de los men	via ús en	el arc	hivo	Alimento Reemplazar	o ignorar alimen	rados tos no encontrados	Se a	gregan I	os menús		
	Opciones de impo	rtación	5	6	)								
eleccione el arc	chivo				A .	8	ç	D	E	1			
iemplo-importa	ar-menus.xlsx				1 2 MEXŮ	TIEMPO DECOMIDA	PREPARADOW	INGREDIENTER	PEBOXETO groco	Cadiga			
					4 menul	DEBAYUND	C HOCO LATE	Le che en le rapas le urizada de usca	120	769			
eneral Alime	entos 🚽 Grupos de per	sonas Validar			6	-	MELON	Chocolale conatizar	14	9955 +16			
	and a brapes de per				7		QUESO	QuesoCampesino	60	A81195			
. 2		4 0			8	ALMUERCO	PAN SO PA PASTA	Panblandb Pananasi ka siochcaa	70	243			
sociar column	has				10		our Ar Adia	Anelasea	2	1050			
A Datasets	0				11			Osbolialuna	5	195			
<ul> <li>Menu:</li> </ul>	~	÷			13			Pas la alimenta	12	117			
Tiomno do co	B	-			14			Carne de res , semigrada	10	667			
riempo de co	Jinda. B	<u> </u>			15	-	PESCADO EN SAESA DARIARA	Le che en le rapas le urizadade una	2	769			
Grupo de alir	-NO APLICA-	-			17			Humuode galline	+	290			
- Orapo de un	ine				18	-	ARROZ ILANCO	Orbolialuna	5	195			
Preparación	c	-			20		JUGO DEMANGO	Allocar	16	252			
_		=			21	000000		Margomaduo	45	00403			
Alimento:	D	-			23		AT BROOM VERDERK	Anelasea	10	1050			
_					2.4			Zanahola	40	<u> </u>			
<ul> <li>Peso neto</li> </ul>	- E	-			25		ARROZ I DAROO	Arroz	+0	125			
		- 11			27		PAPA EN CUADROS	Papapas kea, sin decas	30	2+3			
<ul> <li>Código alime</li> </ul>	ento: F	-			28		JUGO DEGUAYABA	Altocar	16	226			
_		=			30			California	~	510			
Tabla de alim	entos -NO APLICA-	·			31 menu2	DEBAYUNO	CHOCOLATE	Le che enterapas le urizadade uza	120	769			
	A				33		Q II 690	GuesoCamperino	60	A81195			
ojas por men	u				34		PAN	Panblandb	70	88			
Asociar hojas	NO				36	ALMUERCO	SO PA PAETA	Papapas ka ajsindecaa Angla seca	15	243			
Social nojas					37			Zanahota	12	300			
Omitir hojas					38	-	REDO ADO EN DAIDA TÁRTARA	Pasta alimenta Recontoria do	9	117			
					40			Le che enlerapas le utzalade uza	2	769			
					41		ARROZ BLANCO	Osbolialunza	5	195			
		_	- 1	1 1	11	1	1000 5 5 10 800	Au/					
	Cargar op	ciones 🛛 🗖 Guardar opciones	1.1	loia ⊦	loja1		-	🖸 Zoom 49%	A s	in Aiuste	•	"	🖌 1 de 2
			- E	•	<u> </u>			~	- <b>~</b> -	1.00			• • •

- 1. Archivo de Excel: Corresponde al archivo Excel que contiene los menús a importar. Se puede seleccionar otro archivo de Excel.
- 2. Pestaña General: Permite asociar las columnas donde se encuentra la información.

- 3. Pestaña Alimentos: Permite definir las fuentes de alimentos a utilizar en la importación.
- 4. **Pestaña Grupos**: Cuando el proyecto tiene más de un grupo de edad, permite asociar cada grupo a una columna de peso neto.
- 5. **Pestaña Validar**: Permite definir las opciones de validación del análisis nutricional del archivo a importar. Sirve para verificar que la información del archivo de Excel este bien calculada y sin errores.
- 6. **Vista previa**: Visualiza el archivo de Excel. Se pude hacer ajustar el zoom para ver mejor las información del archivo.
- 7. Cargar: Permite cargar una plantilla con la parametrización de la importación.
- 8. Guardar: Permite guardar una plantilla con la parametrización de la importación.
- 9. Anterior: Permite retroceder al paso anterior.
- 10. Siguiente: Permite avanzar al siguiente paso en la importación.
- 11. Cerrar: Cierra el formulario.

# Pestaña General

La pestaña General tiene las siguientes opciones:

General Alimentos	Grupos de persona	s Validar 💌
Asociar columnas		
Henú:	A ~	1
Tiempo de comida:	в –	2
Grupo de alimentos:	-NO APLICA-	3
Preparación	C ~	4
Alimento:	D -	5
Peso neto 🗸	E	6
🔁 Código alimento:	F	7
Tabla de alimentos	-NO APLICA-	8
Hojas por menú		
Asociar hojas 🗾 N	ю	
Omitir hojas		10

- 1. **Menú**: Asocia la columna donde esta el nombre del menú. Si el archivo no tiene esta información se selecciona "-No aplica-".
- 2. **Tiempo de comida**: Asocia la columna donde esta el nombre del tiempo de comida. Si el archivo no tiene esta información se selecciona "-No aplica-".
- 3. **Grupo de alimentos**: Asocia la columna del grupo de alimentos. Si el archivo no tiene esta información se selecciona "-No aplica-".
- 4. **Preparación**: Asocia la columna de la preparación. Si el archivo no tiene esta información se selecciona "-No aplica-".
- 5. Alimento: Asocia la columna con los alimentos.
- 6. **Peso neto / Peso bruto**: Define la columna del peso neto. Se puede seleccionar si se va a importar el peso neto o el peso bruto.

- 7. **Códigos de alimentos**: Columna donde esta el código el alimento. Si el archivo no tiene esta información se selecciona "-No aplica-".
- 8. **Tabla de alimentos por defecto**: Columna donde se especifica la tabla de alimentos utilizada por el alimento. Si el archivo no tiene esta información se selecciona "-NO APLICA-".
- 9. Importar hojas: Determina que los menús se importan por las hojas del archivo.
- 10. **Omitir hojas**: Cuando se activa la opción de importar hojas, especifica los nombres las hojas que no se van a procesar al importar los menús.
- 11.

# Pestaña Alimentos

La pestaña Alimentos tiene las siguientes opciones:

Opciones de importación
Seleccione el archivo
Ejemplo-importar-menus.xlsx
General Alimentos Grupos de personas Validar
Tabla de alimentos por defecto: Usar alimentos personalizados
🗖 Cargar opciones 🛛 🖥 Guardar opcion

- 1. **Tabla de alimentos por defecto**: Especifica la tabla de alimentos por defecto cuando no se especifica la columna de "**Tabla de alimentos**".
- 2. Usar alimentos personalizados: Especifica si se buscan los alimentos personalizados para la importación.

# Pestaña Grupos

Cuando se va a importar más de un grupo de edad n esta pestaña se asocian las columnas que tienen la información de cada grupo.

	Opcie	ones de importació	n	
Seleccione	e el archivo			
Ejemplo-i	mportar-menu	ıs.xlsx		
General	Alimentos	Grupos de personas	Validar	Ŧ
Asociar co	lumnas de pe	505		
Normal		-SELECCIONE-		
		<b>2</b> ×	Desasociar	columnas

- 1. Para cada grupo de personas se asocia la columna de peso neto correspondiente.
- 2. Limpiar columnas: Deja todos los grupos con la opción "-Seleccione-".

# Pestaña Validar

Permite validar la información nutricional del archivo.

	Opci	ones de importació	'n	
Seleccione	e el archivo			
Ejemplo-i	mportar-meni	us.xlsx		
General	Alimentos	Grupos de personas	Validar	-
Nutriente	s y alimentos		4	
Validar can	tidad nutriente			
Error máxin	no del nutriente:	0,05 🜩 🙎		
Validar nor	nbre alimento	SI 🔤 🧃		
Totales de	el menú			
Busar fila co	on texto:	APORTE TOTAL	4	4
Error máxin	no del total:	0,05 🚖 5		
Asociar co	lumnas de nu	Itrientes		
		6		
		+ - ×	Desasociar	columnas
		7 8		

- 1. Validar cantidad nutriente: Activa la opción para verificar la información de nutrientes.
- 2. Error máximo del nutriente: Define el valor que determina la diferencia de calculo que determina un error en la verificación del nutriente.
- 3. Validar nombre alimento: Activa la verificación del nombre del alimento con la tabla de alimentos correspondiente.
- 4. Buscar fila con texto: Define la fila que tiene la información del análisis químico del total del menú.
- 5. Error máxima (Total del menú): Define el valor que determina el error en la verificación de un nutriente del total del menú.
- 6. Lista de nutrientes a verificar, permite asociar la columna para cada uno de los nutrientes.
- 7. Agrega un nutriente a verificar.
- 8. Quita el nutriente seleccionado en el listado de nutrientes.
- 9. Desasociar columnas; Deja todos los nutrientes con la opción "-Seleccione-".

# Vista Previa

Permite visualizar el archivo, seleccionar la hoja a importar y cambiar el zoom.



- 1. Hoja: Selecciona la hoja que se va a importar y visualizar.
- 2. Acercar: Aumenta la visualización del archivo.
- 3. Alejar: Disminuye la visualización del archivo.
- 4. Ajuste: Opciones para el ajuste de la visualización:
  - Sin Ajuste: No se hace un ajuste predeterminado.
  - Ajustar al ancho; Se visualiza todo el ancho de la página.
  - Ajustar al alto: Se visualiza todo el alto de la página.
  - Ajustar a la página: Se visualiza toda la página.
- 5. **Paginas**: Permite seleccionar la página que se va a visualizar.

Al dar clic en "Siguiente" se avanza al siguiente paso.

# Paso "Importación previa"

Es este paso se muestran los menús a importar del archivo. Si no están los menús esperados puede dar clic en el botón "Anterior" para cambiar las opciones de importación.

			Importar	archivo Excel				□ ×
📩 Import	tar menús desde u	n archivo Excel						
Formato	Archivo Ubicación y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alime	ntos no encontrados azar o ignorar alimentos no encontrados /	Importar Se agregan lo	os menús		
	,	Menú						
menu1								
menu2								
Para mayor	información consultar seco	ción "Importando menús de un archivo Excel" e	n el manua	l de referencia		< Anterior S	iiguiente >	Cerrar

Al dar clic en la opción "Siguiente" se muestra el siguiente paso:

# Paso "Alimentos no encontrados"

En el paso "Alimentos no encontrados" se muestra todos los alimentos que el sistema no pudo identificar con las opciones seleccionadas, tanto en las tablas de alimentos como en los alimentos personalizados.

🛓 Importar menús desde	un archivo Excel			<b>×</b>
Formato Tipo de archivo Ubicación y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
Alimento no encontrado Arveja seca Mango maduro Queso Campesino	Ignorar Reemplazar Reemplazar por:           2         Reemplazar         Arreja seca (NUEVO)           Reemplazar         Mango maduro (NUEVO)           Reemplazar         Queso Campesino (NUE	2) EVO)	Tenga er de un es el nomb que un n más de u	to cuenta que una diferencia pacio de más o una tilde en re del alimento puede hacer hismo alimento aparezca una vez.
Para mayor información consultar se	Ignorar todos 5 cción "Importando menús de un archivo Excel'	Agregar todos     B     en el manual de referencia	< Anterior Si	guiente > Cerrar

- 1. Alimento no encontrado: Corresponde al nombre del alimento que no se encontró o que no existe.
- 2. Ignorar: Por defecto todos los alimentos no encontrados el sistema agrega como nuevos alimentos personalizados, en el caso que esto no sea lo que se quiere, el sistema permite marcar el alimento en el campo ignorar. Al marcar la opción ignorar se va eliminar dicho alimento de todos los menús del proyecto que se genere como resultado de la importación de alimentos. Si la opción no esta marcada el sistema interpreta que lo quiere agregar como nuevo o lo quiere reemplazar por otro.
- 3. **Reemplazar**: En caso que no se quiere agregar el alimento no encontrado como un nuevo alimento adicional y tampoco se quiera ignorar, el sistema permite reemplazar dicho alimento por uno existente, para esto al seleccionar la opción Reemplazar el sistema muestra una ventana donde permite buscar alimentos adicionales para identificar por cual se quiere reemplazar.
- 4. Reemplazar Por: Este campo muestra como va a ser procesado el alimento no encontrado:
  - si se va agregar (opción por defecto) en este campo va aparecer el nombre del alimento con el que quedaría el nuevo alimento adicional seguido por " (NUEVO)" para indicar que va agregar como un alimento nuevo.
  - 2. En caso que se marque la opción ignorar, este campo se va a mostrar vacío
  - 3. En caso que se reemplace por otro alimento existente en este campo se mostraría el nombre del alimento por el cual se va a reemplazar.
- 5. **Ignorar todos**, permite en una sola acción indicar si se quieren ignorar todos los alimentos no encontrados
- 6. Agregar todos, permite en una sola acción indicar que se van agregar todos como alimentos personalizados nuevos.

Al dar clic en la opción "Siguiente" se muestra el siguiente mensaje:



# Paso "Importar"

Si se confirma que ya se ha terminado con los alimentos no encontrados se muestra el siguiente paso:

📩 Impor	tar menús desde u	ın archivo Excel			<b>×</b> □
Formato Tipo de archivo	Archivo Ubicación y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
Se agregó un total o Se importaron 2 mei	le 3 alimentos personalizados. nús.				
A Para mayo	r información consultar, sec	ción "Importando menús de un archivo Evcel" e	n el manual de referencia	< Anterior Sic	uiente > Cerrar
	ninormation consultar sed	dioni importando menus de un archivo excer e	mermanuar de referencia	s and for all	CETU

El paso "Importar" muestra el resumen de las operaciones realizadas al importar los menús.

Al finalizar la importación se observa que se agregaron dos menús.

## Importar formato de ciclo de menús

🛓 Import	tar menús desde	un archivo Excel			<b>×</b>
Formato Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Se agregan los menús	
EQUÉ Permite Requier Menús Menús Mo se importa un No se importa unal	formato con menús. especificar las columnas e las preparaciones y lo formato de ciclo de men portan alimentos. preparaciones persona	del formato e importar los menús por hojas. os alimentos.	Importa un formato de frecuencia de consu encuentra en una fila. Frecuencia de consumo	umo en que cada menú se	
Ciclo de m	<b>enús</b> formato de ciclo de men <b>ortan alimentos.</b> preparaciones personaliz	uís con <b>grupos de alimentos.</b> zadas.		-	
Ciclo de m	enús con grupo	s de alimentos		- Antario - S	quiante
				Anterior	gorene

Se selecciona la opción "Ciclo Menú" y seleccionar el archivo a importar se mostrará el siguiente paso:

		Importar	os	ncontrade	ntos no ei	Alimer	a	ción previ	Importa	Ajustes	ormato
	menús	s Se agregan I	o encontrado	ralimentos n	zar o ignorai	o Reempla	s en el archivo	a de los menú	Vista previ	Archivo y opciones	po de archivo /
						x	ciclo-menus.xls>	nplo-importar-	os\Excel\Eier	oporte\MenusPlus\Vide	rchivo Excel: D:\S
		V   N			0 F	. ,	E D	Programa o Proyecte:			
								Sub-Proyecto: Nombre BAB:			
			NUPO DE EDAD		tracax	Sin pertenencial	AfroReizelROM	GRUPOÉTNICO			
					SEMANA No.01						
		DOMINGO	SABADO	VERNES	AUDIES DESAMINO	NERCOLES	HARTES	, LUNES			
		CARE CONVECTE	Charles of Concerning	010000510	AVENA CON BRENETSWINA	36.36.00	COLADA DE MAJENA CON BIENES NACIA	CHOCOLATE CONJECTE			
		QUESO CAMPESINO	LINGELS CLEIPLEYS	GLESO CAMPESINO	HARVO HEVLELTO	GLESO CAMPESINO	HARVO CON CEBOLA Y YOMA'E	GLESG CAMPESING			
		PAN ROLLO CON GIENES MARIA	CALADOS	PARTICIPAL	BETHE TOPOL	PAN BLANCO CON DIENES WARMA	BERETWON	FAN ALRADO CON BENESTAVINA			
			and the second s		REFRIGENCELA RAÑANA	Falle	Parata				
		A 100 DE 1814/00	SORNE'R DE CURLINA	VIDEART	SCHOLETE DE MORA	PLANS	SCHORTE DE PRESA	A GO DE GLIMTINGA			
		GALLETAS INVATION	MARECADA CON GIENESTMENA	BENERA NE GRA CON BENERA VACINA	FONGLE CON GIENES WARMA	PROPERTA CONDENESTMENA	LEERAL CONDIENES WARMA	ROSCON CON BIENESTMENA			
				6MMM0	ALMUER 20	0.04210					
		SOPA LENTEARS CON MERCENNINA	ROPA CAMPERINA COM	ROPAGE PROPERTY CON	KOPA DE ROBUDE CON	ROPA AMPIAN CONTRACTOR V	SOFA DE AVENA	ROPAGE RANCING CON			
		OFFERANDIA EN RARA CROLA	CAVER FOR PARTA CRIMES.	CARDIE ARADA	A TLAN UNDER	FOLD DOFADO	POLD OFFICIAL	FOLD FLENDO			
		APPOEBLANCO	AFFO2AL PEPER.	ARROZEKANCO	APPIOZ.CON ESPINACA	ARROZ CON FIDEOS	APPIO2 VEPDE	APPOZ CON AXINUOL			
		TAMONE DE PLATINO	PAPA ALA MANCESA	PHPA BALADA	PAPA CAMPESINA	YUGA DOBADA	TAMENS DE PLATANO	PAPA-M.PEREM.			
		VERENANA ALA URUNIRE N	ENGALADA PROMISERA	GUADAMORE	ENGALADA HOLM	ELANCA	VEREX.RA PRA	ENGALADA MICHA			
<b>« &lt;</b> 1 de 1				n Ajuste 🝷	<b>n 77% 🕀</b> Si	Q 2001				-	CICLO 1
					scar registros	Bu					
										1 semana	nas:
						ingo	ado, sábado, domi	Jeves, viernes, sab	les, miércoles, j	2 Junes, martes, mierco	
								ida, cena	,refrigerio,com	desayuno,almuerzo	oos de Comida:
Para mayor información consultar sección "Importando menús de un archivo Evcel" en el manual de referencia											

La información que se debe ingresar para que se pueda procesar el archivo debidamente es la siguiente:

1. **Semanas**: En este campo se debe ingresar una palabra que permita identificar los nombres de las semanas por ejemplo "semana" que aplicaría para "semana 1", "semana 2", ...

- 2. **Menús**:Lista de palabras clave que permite identificar los nombres de los menús en el ciclo. Ejemplo "lunes, martes, miércoles,..."
- 3. **Tiempos de comida**: Lista de palabras clave que permite identificar los nombres de los tiempos de comida en el ciclo. Ejemplo "desayuno, almuerzo, comida,..."
- 4. Anterior: Permite retroceder al paso anterior.
- 5. Siguiente: Permite avanzar al siguiente paso en la importación.
- 6. **Cerrar**: Cierra el formulario.

La estructura que debe tener el archivo Excel es tal cual se muestra en la imagen anterior:

- En primer lugar, en una fila, debe ir el nombre de la semana
- Después del nombre de la semana,
- En la siguiente fila, debe ir el nombre de los menús, los menús van por columna.
- Después de los nombres de los menús debe ir el nombre del tiempo de comida
- En las filas siguientes debe ir el nombre de las preparaciones en cada columna de acuerdo al menú al que pertenecen.

Las **preparaciones** MenusPlus las identifica de acuerdo a la estructura del archivo Excel y lo que hace es que busca los nombres en las preparaciones personalizadas, si las encuentra agrega la preparación como tal al menú (preparación con sus respectivos ingredientes), si no la encuentra crea la preparación pero esta queda vacía.

📩 Import	ar menús desde	un archivo Excel			<b>— ×</b>
Formato	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
		Menú			
LUNES					
MARTES					
MIERCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
SÁBADO					
DOMINGO					
Para mayor	información consultar s	ección "Importando menús de un archivo Exce	l" en el manual de referencia	< Anterior Si	guiente > Cerrar

Al dar clic en "Siguiente >" se muestra el siguiente paso con los menús que se identificaron:

Al dar clic en "Siguiente >" (1) se muestra el siguiente paso:

📩 Import	tar menús desde	un archivo Exce	I					<b>×</b> □
<b>Formato</b> Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación pre Vista previa de los me	e <b>via</b> enús en el archivo	Alimentos r Reemplazar o ig	no encontrados porar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los	menús	
Alimento no	encontrado	Ignorar Reemplazar	Reemplazar por:					0
							Tenga en de un esp el hombr que un m más de u	cuenta que una diferencia acio de más o una tilde en e del alimento puede hacer ismo alimento aparezca na vez.
	li l			Agregar todos				
🕤 Para mayor	información consultar s	ección "Importando menú	is de un archivo Excel	" en el manual de re	ferencia		< Anterior Sig	uiente > Cerrar

El proyecto no tiene alimentos no encontrados pues el formato solo importa las preparaciones personalizadas.

Al dar clic en "Siguiente >" se muestra el último paso:

📩 Import	ar menús desde	un archivo Excel			
Formato Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
Se importaron 7 men	ús.				
Para mayor	información consultar s	ección "Importando menús de un archivo Excel	" en el manual de referencia	< Anterior Sig	uiente > Cerrar

Al dar clic en el botón "Cerrar"(1) se termina el proceso de importación.

## Importar formato de ciclos de menús con grupos de alimentos

📩 Import	tar menús desde	e un archivo Excel			
F <b>ormato</b> Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los menús	
¿Qué	formato un formato con menús. especificar las columnas	va a importar? del formato e importar los menús por hojas.	importa un formato de frecuencia de consu encuentra en una fila.	imo en que cada menú se	
Requier Menús	e las preparaciones y l	os alimentos.	Frecuencia de consumo		
Importa No se in Se usan l	un formato de ciclo de n nportan alimentos. las preparaciones perso	nenús. Malizadas.			
Ciclo de m	enús				
Importa un No se impo Se usan las	formato de ciclo de mer <b>ortan alimentos.</b> preparaciones personali:	nús con <b>grupos de alimentos</b>			
Ciclo de m	enús con grupo	os de alimentos			
				< Anterior	iquiente > Cerrar

Al seleccionar la opción "Ciclo menú con grupos de alimentos" (1) y posteriormente seleccionar el archivo que se quiere importar se va a mostrar el siguiente paso:

de ar	<b>o</b> rchiv	vo Arc	<b>ustes</b> :hivo y opc	iones	I <b>mportac</b> /ista previa o	<b>ión pre</b> le los me	<b>via</b> nús en el a	rchivo	Alimentos no encontrados eemplazar o ignorar alimentos no encontrados	Se agregan los menús	
hivo E:	cel:	D:\Sopo	rte\MenusP	lus\Video	s\Excel\Ejemp	lo-importa	ar-ciclo-com	ponente	IS		
	1 2 3	٨	8 C D E	F G H I	J K L M ENERO 4 SEMANA DESAYUNO	NOPQ	R S U	V			
			Lunes	Martes	Miéropies	Juoves	Vienes	Sabado			
	4		MINDARINA	1994	HAMAKKA.	MLON	PAPAKIA.	HAMAKA.			
	в	FRUTA	PATELA	MANZANA PICADA	MANDARINALIN CASCO	PŔA	PATELA	RERARCADA			
	7	JUGOS	JUGOS NIVANIA INVOLVA INVO INVOLVA INVOLVA					NAMANJA			
	8	ISO SIN AZUCAR	JOOS         FIESA         DURADIO         PERA         GUARIA         FIESA         GUARIA           IN AZUCAR         FIEGA         DURADIO         PERA         GUARIA         FIEGA         GUARIA			GUMURDHUA					
	9	CM-00	DEPCARO	CAUCOINTEC	DE POLO CON FIDEDS	DECARNE	DE INDEADO	NECOSTALA			
	10		CAMPUNO	CAMPENO	CAMPERO	CAMPIENO	CAMPUSINO	CAMPIENO			
	12	QUESO	DOBLE CREMA	DOLLEGREDA	DOLLEGRIMA	DOBLECREMA	DOLLECRIMA	DOLLCRIMA			
		HJEVOS	NEWJELTOS CON 1989A	ATOMATADOS	CON INVALY CHORED	NANCHEROS	WILL TOB CON VEHICURA	REVUELTORION ALVOLUM			
			0ALA88	1 MACRIADA	JAMON DE CORDERO	LANONADA	/MON DECORDERO	LABORINDIA			
	54 ( 12	CARNES FRIAS	LAMONADA	LANON	SALA68	LANCIN	54.468	LANCIN			
		CARNES	CHORIZO	ESTOFADO DE	EDERGEN, CRANTROCON	BISTEC CRIDLLO	POLLO AL CURRY	MORCELLA			
	10	ARROZ	BLANCO	BLANCO	ARROZ CON ESPINACIA	ARROZBLANCO	BLANCO	BLANCO			
	17	BEBLOAS	00.000000000	010000.00	000 40405 40500	00000.000	0.002.0000.0000	010000 87			
	18	CALIENTES	COLPANNALIN	CHOCOLAINE	COL PURISON A	CHOCOLOGICE	CIPE COPERCIE	CHOCOLOGY			
	19	CEREAL	CHOCO CREPT	ZJCARITAS	FRUTLOOPS	CHOCOCREPT	ZUCARITAS	FRUTLOOPS			
SEM	ANA	\1		1					🔾 Zoom 77% 🕀 Sin Ajuste 🗸		<b>« &lt;</b> 1 de l
		-							Buscar registros		
as:		Y	semana								
:		2	lunes, mart	es,miercole	s, miércoles, jue	ves,viernes, s	abado, sábad	o,doming			
os de (	Comi	ida: ( 3	desayuno,	almuerzo, re	efrigerio, comida	a, cena					

La información que se debe ingresar para que se pueda procesar el archivo debidamente es la siguiente:

1. **Semanas**: En este campo se debe ingresar una palabra que permita identificar los nombres de las semanas por ejemplo "semana" que aplicaría para "semana 1", "semana 2", ...

- 2. **Menús**:Lista de palabras clave que permite identificar los nombres de los menús en el ciclo. Ejemplo "lunes, martes, miércoles,..."
- 3. **Tiempos de comida**: Lista de palabras clave que permite identificar los nombres de los tiempos de comida en el ciclo. Ejemplo "desayuno, almuerzo, comida,..."
- 4. Anterior: Permite retroceder al paso anterior.
- 5. **Siguiente**: Permite avanzar al siguiente paso en la importación.
- 6. Cerrar: Cierra el formulario.

La estructura que debe tener el archivo Excel es tal cual se muestra en la imagen anterior:

- En primer lugar, en una fila, debe ir el nombre de la semana
- Después del nombre de la semana,
- En la siguiente fila, debe ir el nombre de los menús, los menús van por columna.
- Después de los nombres de los menús debe ir el nombre del tiempo de comida
- En las filas siguientes debe ir el nombre de las preparaciones en cada columna de acuerdo al menú al que pertenecen.

# La gran diferencia con el formato para importar ciclos son los datos correspondientes a los componentes que está ubicados en la columna A y que están alineados con las preparaciones transversalmente a los menús.

Los campos que se deben configurar al momento de importar son los siguientes:

- Hoja: Hoja del archivo de Excel donde esta la información.
- **Semana:** corresponde a una palabra que permita identificar los nombres de las semanas por ejemplo "semana" que aplicaría para "semana 1", "semana 2",...
- **Menú:** lista de palabras clave que permiten identificar los nombres de los menús en el ciclo. Ejemplo "Lunes,martes,miércoles,..."
- **Tiempo de Comida:** lista de palabras clave que permiten identificar los nombres de los tiempos de comida en el ciclo. Ejemplo "desayuno, almuerzo, comida,…"

Las **preparaciones** MenusPlus las identifica de acuerdo a la estructura del archivo Excel y lo que hace es que busca los nombres en las preparaciones personalizadas del sistema, si las encuentra agrega la preparación como tal al menú (preparación con sus respectivos ingredientes), si no la encuentra crea la preparación pero ésta queda vacía.

Al dar clic en "Siguiente >" (5) se muestra el siguiente paso con los menús que se identificaron:

📩 Import	tar menús desde	un archivo Excel					<b>×</b> □
Formato Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Aliment Reemplaza	os no encontrados r o ignorar alimentos no encontrados /	<b>Importar</b> Se agregan los menús		
		Menú					
Lunes							
Martes							
Miércoles							
Jueves							
Viernes							
Sábado							
👩 Para mayor	información consultar s	ección "Importando menús de un archivo Excel	" en el manua	l de referencia	< Anterior	Siguiente >	Cerrar
-					L L		

Al dar clic en "Siguiente >" (1) se muestra el siguiente paso:

📩 Import	tar menús desde	un archivo Exce	I					<b>×</b>
Formato Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación pre Vista previa de los me	e <b>via</b> nús en el archivo	Alimentos r Reemplazar o ig	no encontrados norar alimentos no encontrados	Importar Se agregan los n	nenús	
Alimento no	encontrado	Ignorar Reemplazar	Reemplazar por:				Tenga en de un esp el nombra que un m más de u	cuenta que una diferencia acio de más o una tilde en e del alimento puede hacer smo alimento aparezca na vez.
	información consultar -	acción Ilmonartando	iii ignorar todos 🔳	Agregar todos	forencia		< Anterior Sin	uiente > Cerrar
	información consultar s	eccion "importando meni	is de un archivo Excel	" en el manual de re	rerencia		< Anterior Sig	Cerrar

Al dar clic en "Siguiente >" (1) se muestra el último paso:

📩 Impor	tar menús desde	un archivo Excel					<b>×</b> □
<b>Formato</b> Tipo de archivo	Ajustes Archivo y opciones	Importación previa Vista previa de los menús en el archivo	Alimentos no encontrados Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados	<b>Importar</b> Se agregan los r	nenús		
Se importaron 6 men	ús.						
🚯 Para mayo	r información consultar s	ección "Importando menús de un archivo Excel	" en el manual de referencia		< Anterior S	guiente >	Cerrar 1

Al dar clic en el botón "Cerrar" (1) se termina el proceso de importación.

## **Buscar**

MenusPlus cuenta con una potente herramienta de búsqueda que permite ubicar o modificar uno o varios elementos del proyecto.

Para activar el panel de búsqueda de clic sobre el botón "Buscar" (1) en la parte izquierda del programa:

≡ 12 O Archivo \$\$Co	C Dieta infantil.mns - MenusPlus onfiguración - 🖃 Ver - 🥊 Reportes - 🥐 Ag	yuda -
+ <b>, Ľ</b> Agregar Me	🖞 🔝 🧘 👘 🖬 enú Preparación Alimento	:⁄⊐ ڨ
Aportes	<u> </u>	INO + HUEVO
💛 del menú	구 Elemento	Pesc
Q Buscar 1	Provecto	
↓ Más utilizados	C INFANTIL 1	0
	▲ Ψ¶ DESAYUNO	•
	▲ WEVO REVUELTO	<b>.</b>
	L Huevo entero	
	Aceites	
	AREPA	<b>H</b>

Al dar clic se muestra el siguiente panel:



La búsqueda del proyecto tiene las siguientes opciones:

- 1. Ingresa el texto con una parte del nombre del elemento que se va a buscar. Admite varias palabras para reducir los resultados.
- 2. En las opciones de la búsqueda se puede activar :
  - **Filtrar por la ubicación del elemento**: Para que la se incluyan elementos que en su ubicación tengan el texto de la búsqueda.
  - Filtrar por el nombre del elemento: Solo se busca por el nombre del elemento.
- 3. El resultado de la búsqueda se puede seleccionar uno a uno o múltiples elementos (con la tecla **CTRL**) en el panel Inspector se pueden cambiar las propiedades de los elementos seleccionados.
- 4. Ir: Ubicar el elemento seleccionado en el proyecto.
- 5. Copiar: Copia los elementos seleccionados.
- 6. Agregar: Agrega el elemento seleccionado en el elemento seleccionado en el proyecto.
- 7. **Borrar**:Borra el elemento seleccionado del proyecto.

#### 8. Opciones adicionales

• Seleccionar todo: Esta la opción de seleccionar todos los elementos.

## Más utilizados

MenusPlus cuenta con una potente herramienta permite revisar rapidamente las preparaciones y los alimentos utilizados en el proyecto.

Se llama mas utilizados por que muestra el número de veces que se utiliza una preparación o alimento y los ordena desde el más usado al menos usado.

Para activar el panel de Más utilizados de clic sobre el botón "Más utilizados" en la parte izquierda del programa:



En esta opción se muestran las preparaciones o alimentos más utilizados en el proyecto en una semana seleccionada.



Tiene las siguientes opciones:

- 1. Activa la herramienta de más utilizados.
- 2. Filtra los alimentos o preparaciones por el nombre.
- 3. Permite agrupar los más utilizados por proyecto o por alguna de las semanas del proyecto.
- 4. Muestra las preparaciones más utilizadas o los alimentos más utilizados.
- 5. Muestra una lista de mayor a menor de los alimentos o preparaciones utilizados. Al expandir un elemento muestra las ubicaciones en el proyecto.
- 6. Muestra el elemento seleccionado en el proyecto.
- 7. Agrega los elementos seleccionados de la lista en el elemento seleccionado del proyecto.
- 8. Borra los elementos seleccionados de la lista .

## **Generar reportes**

Para generar reportes con la la información del proyecto se debe seleccionar la opción "Reportes" (1) en la

barra de opciones o en "Archivo-> Reportes":



La ventana "Generar reportes" permite seleccionar una plantilla, muestra una vista previa del reporte y generar archivos con el formato seleccionado

4 Generar reportes														
	Vis	ta previa de plantilla: Analisis Nutricional												-
Plantilla Menús Grupos Tiempos Opciones		12												^
Plantillas disponibles														
General Ciclo ICBF Minuta patrón PAE	l I r	*	8	c	D	Ε	F Q	н		J	к	L	м	N
		1												
Analisis Nutricional Analisis Nutricional Detallado Analisis Provedores		MENÜ, TEMPOCOMIDA, PREPARACIÓN E INGREDIENTE S	ODIOD DEL ALIMENT		ABLA FUENTE	ORCION ESO BRUTO (gite)	ESO NETOlg/tec)	ro feine s (t)	(B)	srbohidrats s 15 tale s	alcie (mg)	ierro (mg)	sthro (mg)	Agne sis (mg)
Etiqueta Información Nutricional - Adultos	ll b	3 DIETA INFANTIL 1	0		<u>p</u> c	a a	<u> </u>	6	. 0	0	0	×	a.	2
h Información nutricional	LL F	4 DE\$AYUND HUEVOREVUELTO			4.8 o	298,56	293 412,45	15,707	26,321	28,657	293,81	2,786	340,35	0
	L t	Huevo entero	94	CBF 1978		55,555	50 81,5	6,4	4 5,75	0,35	27	1,35	105	0
Lista de Mercado	LL F	7 Aceles	405	CBF 1978	16.0	8	8 70,72	1.414	8	13.054	0	0.34	0	0
	<b>.</b> I t	<ul> <li>Areparedonda</li> </ul>	307	CBF 1978	200	39	35 60,51	1,431	0,175	13,055	1.05	0.28	8.75	0
		0 MANTEQUILLA			8 g	8	8 58,56	0,096	6,576	0,072	1,76	0,016	1,6	0
	<b>.</b> I E	1 Mantequita	403	ICBF 1978	192.0	102	8 58,50	0,096	6,576	0,072	1.76	0,016	1,6	- 0
		3 Mio	422	CBF 1978		12	12 51.12	1,656	1.32	8,16	48	0.6	54	0
		4 Leche de Vaca-Pasteurizada	3	CBF 1978		180	180 90	6,12	4,5	7,02	216	0,54	171	0
		s Leche al 100%			-	0		C 403	0 0	0	0	0	0	0
		7 YOSURT			150 g	150	150 141	4.3	4.35	21.9	166.5	0.45	124,0	0
		8 Yoguit	21	CBF 1978	-	150	150 141	4,36	5 4,35	21,9	166,5	0,45	96	0
		9 GALLETAS DE DULCE			15 g	15	15 66,49	1,545	3,27	8,4	35,7	0,165	28,8	0
		ALMUERZO	321	CBF 1978	-	363.89	313 641 61	21.24	3,27	60.687	70.41	4,659	26.8	
		2 SCPADE PASTA			31 g	36,382	31 69,18	3,993	1,77	9,167	8,06	0,878	46,43	0
R Tipo de archivo		3 Pastas alimenticias macanones, espaguetis, conchitas, idas, fóecs, busis	340	ICBF 1978		8	8 28	0,856	0,032	5,888	2	0,296	9,6	0
		c Zanahola	100	CBF 1978	-	6.882	6 15,4	1,199	0,04	2,7	1.65	0.23	13,5	0
R Excel Pdf @ Html W Word		g Cebolla común-talo	432	CBF 1978		7.5	3 0,78	0.034	0.003	0,159	0.81	0.012	0.93	ő
		7 Carne de res - Semigorda (Grasa entre el 14 y20%)	30	CBF 1978		10	10 23,2	1,87	7 1,69	0	0,6	0,31	21	0
Auchine and huilds		8 Porcionitotal en líquido 250 cc			68.0	0			0 0	0	0	0	0	0
Archivo producido		<ul> <li>Came de res - Magra (Grasa Inferior al 14%)</li> </ul>	28	CBF 1978	44.5	60	60 100,72	12.1	3.9		3,6	1.62	129	0
D) Constat 2000 10) Manua Diva Alfanantas		1 Acelles	405	CBF 1978		8	8 70,72	0	8	0	0	¢	0	0
Carpeta: D:\Soporte\2020-12\WenusPlus\Alimentos		2 ENSALADA DE LECHUSA			36 g	52,338	36 6,29	0,353	3 0,036	1,226	7,55	0,333	8,72	0
ALL Applicie Nutricional		3 Lechvgeromene 4 Tomele	156	CBF 1978	+	18,181	20 3.4	0,11	0,01	0,23	1.4	0,16	3.8	
Nombre: Analisis Nutricional .xisx X		5 Cebolla cabezona	433	CBF 1978		3,157	3 0,99	0,043	2 0,003	0,207	1,05	0,015	0,93	0
		4 Aplo	165	ICBF 1978	16.0	6	3 0,6	0,02	0,003	0,129	2,1	0,018	0,99	0
		a Arioz	269	CBF 1978	470	29	29 125,11	1,99	4,1	19,7	2,25	0,2	35	
Generar Cerrar		9 Aceles	405	CBF 1978		4	4 35,36		4	0	0	0	0	0
		0 Energetico 2			56 g	68,5	56 98,54	0,99	6,05	10,55	1	0,5	14	• ¥
	Ho	ja DIETA INFANTIL 1 🚽	e	Zoor	n 70%	% <b>Đ</b>	Sin Ajust	e •					<b>« &lt;</b> 1 c	ie 4 > ≫

El formulario tiene las siguientes secciones:

- 1. **Plantilla**: Permite seleccionar el formato con que son generados los reportes.
- 2. Menús: Permite seleccionar los menús que se van a incluir en el reporte.
- 3. **Grupos**: Permite seleccionar los grupos de personas que se van a incluir en el reporte.
- 4. **Tiempos de comida**: Permite seleccionar los tiempos de comida que se van a incluir en el reporte.
- 5. Opciones: Permite definir un archivo de Excel que tiene los parámetros utilizados por la plantilla.
- 6. **Pestañas de tipos de plantilla:** Permite filtrar las plantillas por un tipo especifico. Los tipos disponibles son:
  - 1. **General**: Formato de uso general y lista de mercado.
  - 2. Ciclo: Formatos para mostrar información de todo un ciclo.
  - 3. ICBF: Formatos de ICBF
  - 4. Minuta patrón: Formatos útiles para minutas patrón.
  - 5. **PAE**: Formatos para PAE
- 7. **Plantilla seleccionado**: Una vez se selecciona una plantilla se muestra una vista previa de la plantilla en la parte derecha de la ventana y se actualiza el nombre del archivo.
- 8. Tipo de archivo: Define el formato del reporte. Puede ser Excel, PDF, Html o Word.
- 9. Archivo; En la sección de archivo se define como se va a generar el archivo del reporte. Tiene las siguientes opciones:
  - 1. **Carpeta destino**: Especifica la carpeta donde se van a generar los archivos. Esta opción se guarda para que se utilice el mismo directorio al volver a generar un reporte.
  - 2. **Nombre de archivo**: Define el nombre del archivo generado. Al seleccionar una plantilla se actualiza el nombre del archivo. Si el archivo ya existe entonces MenusPlus le agrega al nombre un número para que se pueda generar correctamente.
- 10. **Vista previa**: Vista previa de la plantilla seleccionada. Se puede elegir la hoja y cambiar el aspecto de la vista previa.
- 11. Generar: Genera el reporte.
- 12. Cerrar: Cierra el formulario.

El programa genera uno o varios archivos de Excel con todos los menús del proyecto. En la ventana "Archivos generados" se mostrarán los reportes que se van generando.

•	Archivos generados	×
Analisis Nutricional xIsx		2
		Borrar todo

Si da clic en el nombre del archivo (1) se abrirá el el archivo, si da clic en el botón de carpeta (2) se mostrará la carpeta donde esta ubicado el archivo.

## Módulo de Alimentos Personalizados

MenusPlus permite agregar alimentos que no estén en las tablas de composición química. Solo es necesario ingresar su información nutricional.

MenusPlus también permite complementar la información nutricional de alimentos existentes en las tablas de composición química.

En MenusPlus estos alimentos reciben el nombre de alimentos personalizados.

Los alimentos personalizados permiten definir el precio, por lo que permiten calcular el costo de un menú.

Para gestionar los alimentos personalizados se debe dar clic en "Configuración> Alimentos personalizados" o utilizar el método abreviado CTRL+MAYÚS+A.

	C	С	PUERTO CARREÑO.mns -	MenusPlus					
Archivo	<b>\$</b>	Config	uración 🗧 🖃 Ver 👻 🦩	Reportes -	? Ayud	a -			
+	Pro	yecto							
Agrega	٥	Nutrie	entes		Ctrl+N	à	<u>ሄ ធ ធ /</u>	' ⇔ 💼   ♥ P	e
/ igrege	Ψſ	Tiemp	oos de comida y grupos de	e alimentos	Ctrl+T				-
O Apor del m	2	Grupo	os de personas		Ctrl+J		Pasa nata	Paca cocida	
O Buse	۷	Recor	mendaciones		Ctrl+R		(g)	(g)	
	1	Perso	nalizar		•				
		Ajuste	es de AMDR		•	,518	6078	6116,00	
		Propi	edades del proyecto						
	Bib	lioteca	1						
	$\mathbf{P}$	Alime	ntos personalizados	Ctrl+M	ayús.+A	2			
	×	Prepa	raciones personalizadas	Ctrl+M	layús.+P	Alim	entos personaliza	dos	
						<b>*</b>	Ver los alimento personalizado d	e Menus Plus	

Al dar clic en "Alimentos personalizados" se muestra el siguiente formulario con los alimentos personalizados registrados en MenusPlus:

+ 2 Alimento personalizado		5 C	5 6	Å ∔Orden	ar		Q dana dana dana dana dana dana dana dan	tar Exportar Inspector M
Nombre	Código de referencia	Fuente principal	Peso unidad	Precio unidad	Factor cocido	Descripción	莊 In	spector
🏶 *Arándanos, salvaje, arbusto,		USDA SR 28 (2015) - 35029 - *Arándanos, salvaje, arbu	1000			Cranberries, wild,	<sup>4</sup> General	
Bebidas, leche de coco, endu		USDA SR 28 (2015) - 14171 - *Bebidas, leche de coco,	1000			Beverages, coco	Nombre 14	*Arándanos, salvaje, arbusto,
*Crustáceos, camarón, especi	13	USDA SR 28 (2015) - 15149 - *Crustáceos, camarón, es	1000			Crustaceans, shri	Descripción	Cranherries wild hush raw(
TACO BELL, Nachos		USDA SR 28 (2015) - 21268 - *TACO BELL, Nachos	1000			TACO BELL, Nac	Descripcion	Cranbernes, wild, bush, raw (
ACEITE		TCAC 2018 - D001 - Aceite de ajonjolí o sésamo	1000				Código referencia	
Aceite de girasol		NINGUNO	1000				Características	
🟶 Aceite de Oliva		ICBF 2005 - 490 - Aceite de Oliva	3000	40593		Extra Virgen Ybar		
Aceite de soya		TCAC 2018 - D012 - Aceite de soya	1000	10000			Alimento Fuente	USDA SR 28 (2015) - 35029 -
Aceite vegetal		TCAC 2018 - D013 - Aceite, mezcla vegetal	1	4,3			% Parte comestible	100
😵 Aceite, de soya		TCAC 2015 - 374 - Aceite, de soya	1000				Métodos de cocción	(Colección)
😵 Aceite, refinado, de Maíz		TCAC 2015 - 379 - Aceite, refinado, de Maíz	24000	61000		Caja x 24	Medidas caseras	(Colección)
Securities		NINGUNO	1000				% Gran vegetal	(
🏶 Acelgas, hojas, cruda		TCAC 2015 - 122 - Acelgas, hojas, cruda	10000	8000		Atadox 1 kg	% Grasa vegetar	
ACHIOTE		NINGUNO	1000				% Proteina animal	
😻 Achiote, seco		TCAC 2018 - L001 - Achiote, seco	1000	1200		Semilla	Precio unidad de comi	ora
Agente de levadura, bicarbon		USDA SR 28 (2015) - 18372 - Agente de levadura, bicar	1000			Leavening agents	Description (a)	1000
😵 Aguacate común		NINGUNO	1000				reso unidad (g)	1000
Aguacate Lorena, crudo		TCAC 2018 - C002 - Aguacate Lorena, crudo	1000	2000		Pulpa sin semilla	Fecha precio	17/01/2020 10:25 p. m.
Aguacate Lorena, maduro, pul		TCAC 2015 - 253 - Aguacate Lorena, maduro, pulpa	1000	4000		Granel	Precio unidad	0
😵 Ahuyama		NINGUNO	1000			~	<sup>4</sup> Unidad da compra	
<					-	>	onidad de compra	
								Guardar Cerrar

- 1. Muestra el total de alimentos personalizados.
- 2. Alimento personalizado: Agrega un alimento personalizado.
- 3. **Deshacer**: Deshace el último cambio a los alimentos personalizados.
- 4. Rehacer: Rehace el último cambio a los alimentos personalizados.
- 5. Modificar: Modifica el alimento personalizado seleccionado.
- 6. Borrar: Borra el alimento personalizado seleccionado.
- 7. Ordenar: Ordena los alimentos por orden alfabético.
- 8. **Buscar**: Busca el alimento por su nombre.
- 9. Importar: Importa alimentos personalizados desde un archivo de Excel.
- 10. Exportar: Exporta los alimentos personalizados en un archivo de Excel.
- 11. Inspector: Muestra u oculta el inspector.
- 12. Más: Opciones adicionales
  - o Guardar como: Guarda los alimentos personalizados en un archivo.
  - Cargar archivo: Carga los alimentos personalizados de un archivo.
  - **Copia de seguridad**: Crea una copia de seguridad de los alimentos personalizados.
  - **Restaurar**: Restaura una copia de seguridad de los alimentos personalizados.
- 13. Listado de alimentos personalizados.
- 14. Inspector: Permite consultar o modificar las propiedades de un alimento personalizado seleccionado.
- 15. Guardar: Guarda los cambios hechos en los alimentos personalizados y cierra el formulario.
- 16. Cerrar: Descarta los cambios hechos y cierra el formulario.

Las operaciones que se pueden realizar en el módulo alimentos personalizados se detallan a continuación.

## **Agregando Alimentos**

Para agregar un nuevo alimento se debe seleccionar la opción "Alimento personalizado" del menú o se puede dar clic derecho sobre el árbol y seleccionar la opción "Agregar":

Al seleccionar al opción se muestra el siguiente formulario:

Crear alimento personalizado				
+ Crear al	imento personalizado			
Identificación	interito personalizado			
Nembra	Malán común			
Nombre:	Pulpa cin comilla			
Cádian				
Codigo:				
Grapo de Alimentos	12 13 14	16	•	
Nutrientes Pre	cio Medidas caseras Factores cocido	Análisis 100 g		
Características		-		
Alimento Fuente:	ICBF 1978 - 212 - Melón común	6 Busci	ar <b>Q</b> Quitar 🗙	
Parte Comestible:	50,00 🗧 🕅 👩			
Nutrientes personal	lizados			
Agregar Nutrie	entes 8 Macronutrientes 9	Peso parte analizada (g <mark>)10</mark>	100,00	
Nombr	re Valor			
Origen del alimento	<b>n</b>		*	
	•	16		
		Guardar	Cerrar	

- 1. Nombre: Nombre del alimento (obligatorio).
- 2. **Descripción**: Descripción del alimento (opcional)
- 3. Código: Código personalizado para el alimento. (opcional)
- 4. Grupo de alimentos: Grupo de alimentos (opcional)
- 5. Nutrientes: En la pestaña nutrientes se definen propiedades nutricionales del alimento
- 6. Alimento fuente: Referencia a un alimento de una tabla de alimentos donde se toma la información nutricional Se puede buscar un alimento de las tablas de alimentos o se puede quitar la referencia del alimento.
- 7. **Parte comestible**: Permite definir el porcentaje de parte comestible que tiene el alimento. Al personalizar se toma la parte comestible definida en las tablas de alimentos pero puede ser ajustada.
- 8. Agregar nutrientes: Permite agregar nutriciones personalizados a la composición nutricional. Si el alimento tiene definido un "alimento fuente" los nutrientes personalizados remplazan a los de la tabla de alimentos.
- 9. Macronutrientes: Define como alimentos personalizados las calorías, proteínas, grasas y carbohidratos.

- 10. **Peso parte analizada**: Define el peso de la porción de la cual se esta ingresando la información de los nutrientes. Las fichas técnicas de los alimentos generalmente analizan porciones pequeñas (por ejemplo 30 gramos) así que esta opción ahorra tiempo pues permite ingresar directamente los datos de la ficha técnica.
- 11. **Origen del alimento**: Permite definir el porcentaje de proteína animal y grasa vegetal del alimento (opcional).
- 12. **Precio:** Permite definir el precio del alimento por unidad de compra (opcional).
  - **Precio unidad**: Precio de la unidad de compra.
  - **Peso unidad (g)**: Peso en gramos de la unidad de compra.
  - Fecha precio: Fecha del precio.
  - Nombre unidad: Nombre de la unidad de compra.
  - Marca: Marca de la unidad de compra.
  - **Presentación**: Presentación de la unidad de compra.
  - o **Proveedor**: Proveedor del producto.
  - **Embalaje**: Tipo de embalaje de la unidad de compra.
- 13. Medidas caseras: Permite definir las medidas caseras del alimento (opcional).
- 14. Factor cocido: Permite definir los métodos de cocción y los factores de cocido del alimento (opcional).
- 15. Análisis 100 g: Muestra la composición nutricional del alimento combinando tanto los nutrientes personalizados como los datos del alimento fuente.
- 16. Guardar: Guarda la información el alimento y cierra el formulario.
- 17. **Cerrar**: Cierra el formulario y no crea el alimento.

## Buscar alimento fuente

En la opción de alimento fuente se define la fuente principal de nutrientes.

Q BI	uscar alimento fuente		×
Buscar por	Aceite de	X O Buscar	Tabla de alimentos TCAC 2018
- Resultados		2	3
Código	Alimento		
D001	Apoito do signialí o pégama		
D001	Aceite de ajonjoir o sesamo		
D002	Aceite de algodon		
D003	Aceite de carloia o coiza		
D004	Aceite de linaza o lino		
D005	Aceite de maiz		
D007	Aceite de marí		
D008	Aceite de oliva	4	
D009	Aceite de palma		
D010	Aceite de palma africana		
D011	Aceite de sacha inchi		
D012	Aceite de sova		
			Guardar Cerrar

- 1. **Buscar por**: Permite buscar por parte del nombre del alimento o el código del alimento.
- 2. Buscar: Realiza la búsqueda en la base de datos.
- 3. Tablas de alimentos: Selecciona la tabla de alimentos en la que se va a buscar el alimento.
- 4. Resultados: Muestra los alimentos encontrados, se debe seleccionar un alimento de la lista.
- 5. Guardar: Guarda la selección de alimento fuente.

Una vez el programa seleccionada la opción guardar el programa muestra el siguiente formulario:

	Buscar alimento fuente 🛛 🗙
?	¿Desea utilizar nombre y la descripción del alimento seleccionado?
	<u>Si</u> <u>N</u> o <u>C</u> ancelar

Este formulario permite cambiar el nombre y la descripción del alimento personalizado con los datos del alimento fuente.

- Si da clic en "Si" se cambian el nombre y la descripción del alimento personalizado.
- Si da clic en "No" se conservan el nombre y la descripción del alimento personalizado.

#### Nutrientes personalizados

En la sección de nutrientes personalizados se pueden asignar valores específicos por cada nutriente, ya sea que se tenga propiamente el valor como tal (tomado de una ficha técnica) o que se quiera tomar el valor puntual para ese nutriente de un alimento de una tabla de composición química

Crear alimento personalizado				
🕂 Crear ali	imento personalizado			
Identificación				
Nombre:				
Descripción				
Código:				
Grupo de Alimentos:	Sin clasificar	•		
Nutrientes Pred	cio Medidas caseras Factores cocido Análisis 100 g			
Características				
Alimento Fuente:	NINGUNA	Buscar 🝳 Quitar 🗙		
Parte Comestible:	100,00			
Nutrientes personal	lizatios			
🕂 Agregar Nutrie	entes 📲 Macronutrientes Peso parte analizada (o	g) 100,00 🗘 🎹		
Nombr	re Valor			
Origen del alimento	0	*		
	Guarda	r Cerrar		

Si se conoce el valor que se quiere asignar, se da doble clic en "Agregar Nutrientes" (1) y se selecciona el nutriente en la lista de nutrientes disponibles, por ejemplo calcio:

	A	gregar nutrientes			- 🗆	×
+ Nutrientes	disponibles					
Ingrese el nutriente a buscar.						Q
ANÁLISIS PROXIMAL						
Humedad (g)	Calorías (cal)	Proteínas (g)	Grasas (g)			
Carbohidratos Totales(g)	Carohidratos Disponibles	(g) 🗗 Fibra dietaria (g)	Cenizas (g)			
MINERALES						
	rro (mg) 🔂 Sodio (mg)	🗗 Fósforo (mg) 🔂 Yodo (	mg) 🔂 Zinc (mg)	Hagnesio (mg)	)	
Potasio (mg)						
VITAMINAS						
OTiamina (mg)	Riboflavina (mg) 🕒 Niacina	(mg) 🕒 Ácido Fólico (	mcg) 🕒 Vitamina B12 (m	ncg) 🔂 Vitamina C (	mg)	
Uitamina A (ER)						
ÁCIDOS GRASOS Y COLES	TEROL					
Grasa Saturada (g)	🕒 Grasa Monoinsaturada (g)	Grasa Poliinsaturada (g)	Colesterol (mg)			Ŧ
					Cerrar	
				L		l

Una vez seleccionado un nutriente este desaparece de la lista:

	Agregar nu	ıtrientes		– 🗆 ×
+ Nutrientes di	sponibles			
Ingrese el nutriente a buscar				Q
ANÁLISIS PROXIMAL				▲
Humedad (g)	Calorías (cal)	roteínas (g)	🔁 Grasas (g)	
Carbohidratos Totales(g)	Carohidratos Disponibles(g)	ibra dietaria (g)	Cenizas (g)	
MINERALES				
Hierro (mg)	mg) 🕒 Fósforo (mg) 🗗 Yodo	(mg) Cinc (mg)	Hagnesio (mg) Potasio (mg)	)
VITAMINAS				
🔁 Tiamina (mg) 🛛 🔂 Rib	ooflavina (mg) 🕒 Niacina (mg)	Acido Fólico (mcg)	Vitamina B12 (mcg) 🔂 Vitamina (	C (mg)
Uitamina A (ER)				
ÁCIDOS GRASOS Y COLESTER	OL			
Grasa Saturada (g)	🗗 Grasa Monoinsaturada (g) 🔂 Gras	sa Poliinsaturada (g) 🕒	Colesterol (mg)	
AMINOÁCIDOS				
		-		
				Cerrar

Al dar clic en el botón "Cerrar" se muestra el nutriente en el listado de nutrientes personalizados:

	Crear alimento personalizado	×
🕂 Crear ali	imento personalizado	
Identificación		
Nombre:		
Descripción		
Código:		
Grupo de Alimentos:	Sin clasificar	•
Nutrientes Pred	cio Medidas caseras Factores cocido Análisis 100 g	
Características		
Alimento Fuente:	NINGUNA	Buscar <b>Q</b> Quitar 🗙
Parte Comestible:	100,00 🔁 🗰	
Nutrientes personal	izados	4
🕂 Agregar Nutrie	entes 📲 Macronutrientes 🚬 (2) (3) Peso parte analizada (g)	100,00
Nombre Calcio (mg)	e Valor 0,0 - PERSONALIZADA 🖉 🛅	
Origen del alimento		*
	Guardar	Cerrar

- 1. Ahora se pude ingresar el valor del nutriente en la columna valor.
- 2. Se puede modificar el nutriente para asociarlo con un alimento existente de una tabla.
- 3. Permite borrar el nutriente.
- 4. Se puede especificar el peso de la porción analizada en casa que la información no este a 100 gramos de parte comestible.

En caso que se quiera tomar el valor de un alimento de tabla se da clic sobre el icono con forma de lápiz caso en el cual se muestra el siguiente formulario:

🕜 Modificar nutriente	×
Agua (g) a 100 gramos de Parte Comestible	
FUENTE DEL NUTRIENTE	*
PERSONALIZADA	
ICBF 1978	
Anexo 1 ICBF (1978)	
Tabla Mexicana (1995)	
Antioquia 2001	
USDA SR 17	-
PERSONALIZADO	
Digite el valor del nutriente: 0,00 = =	
Información tomada de la etiqueta de información nutricional, ficha técnica, análisis bromatológico u otras fuentes	
Guardar Cerrar	

Para referenciar el nutriente de un alimento siga los siguientes pasos:

Modificar nutriente			×
Agua (g) a 100 gramos de Parte Comestible			
FUENTE DEL NUTRIENTE			*
USDA SR 17			
ICBF 2005			
TCAC 2015			
USDA SR 28 (2015)			
TCAC 2018 1			<b>•</b>
TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS			
Buscar alimento: 2 leche			Q 🗙
Alimentos encontrados:			
Alimento	Código	Agua (g)	^
Leche de vaca, entera, en polvo	G008	2,6	
Leche de vaca, entera, evaporada	G009	73,7	
Leche de vaca, entera, líquida, cruda	G010	87,7	
Leche de vaca, entera, líquida, hervida	G011	88	
Leche de vaca, entera, líquida, pasteurizada	G012	89,5 👩	
Leche humana, madura, líquida	G013	87,4	
Queso crema, amarillo	G014	52,1	
Queso fresco, blando, magro, tipo suero costeño	G015	78,9	
Queso fresco, semiblando, semimagro, tipo cuajada	G016	62,1	
Queso fresco, semiduro, semigraso, tipo campesino	G017	54	~
<		1	>
	Guardar	Cerra 4	r

1. En este formulario en la parte superior se selecciona la tabla de composición química (1)

2. En el campo "Buscar alimento" se ingresa parte del nombre del alimento.

3. Se selecciona un alimento del listado de alimentos encontrados.

4. Se da clic en el botón "Guardar"

Medidas caseras
Modificar alimento personalizado
Identificación
Nombre: Carne de res, magra
Descripción
Código:
Grupo de Alimentos: F. Carnes y derivados
Nutrientes Precio Medidas caseras Factores cocido Análisis 100 g
+-
MEDIDAD CASERA PESO (g)
ración 100
Guardar Cerrar

En esta pestaña se definen las porciones mas frecuentes en las que se utiliza el alimento.

## Factor cocido

Modificar alimento personalizado						
💉 Modific	ar alimen	ito personalizado				
Identificación		•				
Nombre:	Carne de res, n	nagra				
Descripción						
Código:						
Grupo de Alimentos:	F. Carnes y deriv	vados				
Nutrientes Pred	cio Medidas	s caseras Factores cocido	Análisis 100 g			
+ -						
MÉTODO DE CO	DCCIÓN	FACTOR COCIDO				
COCIDO		0,63				
ASADO		0,68				
HORNEADO		0,64				
FRITURA		0,59				
MOLIDA HERVIDA		0,75				
				Cuardan	Course	
				Guardar	Cerrar	

En esta pestaña se definen los factores que aplican de acuerdo a los diferentes métodos de cocción que se quieren contemplar para el alimento.

#### Listado final de nutrientes

Modificar alimento personalizado							
💉 Modific	ar alimento per	sonalizado					
Identificación	-						
Nombre:	Aceite de soya						
Descripción							
Código:							
Grupo de Alimentos	D. Grasas y aceites		-		•		
Nutrientes Pre	cio Medidas caseras	Factores cocido	Análisis 100 g				
Nutriente		Cantidad					
Calorías (Kcal)		900,00					
Grasas (g)		100,00					
Grasa Saturada (g)	- 4-3	14,40					
Grasa Monoinsaturad	a (g)	23,30					
Grasa Poliinsaturada ( Epergia (kl)	g)	3700.00					
		5700,00					
				Guardar	Cerrar		

En esta parte se muestra la lista de nutrientes con su respectivo aporte a 100 gramos que han sido asignados ya sea porque se seleccionó una **fuente de nutrientes principal** y/o porque se agregaron **nutrientes personalizados**.

#### **Modificar**

La opción "Modificar" permite cambiar la información de un alimento adicional.

Se puede modificar un alimento de las siguientes formas:

• Dar doble clic en el nombre del alimento.

- Seleccionar el alimento y dar clic en el botón "Modificar" de la barra de herramientas.
- Dar clic derecho sobre el alimento y seleccionar la opción "Modificar...".

Al seleccionar la opción modificar se va a mostrar exactamente el mismo formulario que aparece cuando se va adicionar un nuevo alimento pero con la información actual del alimento:

Modificar alimento personalizado X							
🖋 Modific	ar alimento personalizado						
Identificación							
Nombre:	Aceite de soya						
Descripción							
Código:							
Grupo de Alimentos:	D. Grasas y aceites	-					
Nutrientes Pred	cio Medidas caseras Factores cocido Análisis 100 g						
Características							
Alimento Fuente:	TCAC 2018 - D012 - Aceite de soya	Buscar 🝳 Quitar 🗶					
Parte Comestible:	100,00 🜩 📰						
Nutrientes personal	izados						
🕂 Agregar Nutrie	entes 📲 Macronutrientes Peso parte analizada (g)	100,00					
Nombr	e Valor						
Origen del alimento	)	*					
	Guardar	Cerrar					

#### **Buscar**

Al seleccionar la opción de buscar se muestra el siguiente formulario:

Buscar	×
Buscar	Buscar Siguiente
	Cancelar

Al ingresar el texto respectivo y seleccionar la opción "Buscar siguiente" el sistema resalta la primera coincidencia en la grilla:

ento personalizado		D C	1	<sup>A</sup> ↓Orden	ar		Buscar Im	x III :≑ portar Exportar Inspecto
Nombre	Código de referencia	le Fuente ia principal		Precio unidad	Factor cocido	Descripción ^	幸	Inspector
*Arándanos, salvaje, arbusto,		USDA SR 28 (2015) - 35029 - *Arándanos, salvaje, arbu	1000			Cranberries, wild,	<sup>4</sup> General	
*Bebidas, leche de coco, endu		USDA SR 28 (2015) - 14171 - *Bebidas, leche de coco,	1000			Beverages, coco	Nombre	ACEITE
*Crustáceos, camarón, especi		USDA SR 28 (2015) - 15149 - *Crustáceos, camarón, es	1000			Crustaceans, shri	Deseriesión	
*TACO BELL, Nachos		USDA SR 28 (2015) - 21268 - *TACO BELL, Nachos	1000			TACO BELL, Nac	Descripcion	
ACEITE		TCAC 2018 - D001 - Aceite de ajonjolí o sésamo	1000				Codigo referencia	
Aceite de girasol		NINGUNO	1000				Características	
Aceite de Oliva		ICBF 2005 - 490 - Aceite de Buscar				× n Ybar		
Aceite de soya		TCAC 2018 - D012 - Aceite					Alimento Fuente	TCAC 2018 - D001 - Acer
Aceite vegetal		TCAC 2018 - D013 - Aceite, Buscar aceite			Buecar 9	Siquiente	% Parte comestible	100
Aceite, de soya		TCAC 2015 - 374 - Aceite, c			buscui a	ngalerite	Métodos de cocción	(Colección)
Aceite, refinado, de Maíz		TCAC 2015 - 379 - Aceite, r			Cano	celar	Medidas caseras	(Colección)
Aceites		NINGUNO	1000				% Graes vegetal	,,
Acelgas, hojas, cruda		TCAC 2015 - 122 - Acelgas, hojas, cruda	10000	8000		Atadox 1 kg	% Crasa vegetar	
ACHIOTE		NINGUNO	1000				% Proteina animal	
Achiote, seco		TCAC 2018 - L001 - Achiote, seco	1000	1200		Semilla	<sup>4</sup> Precio unidad de co	ompra
Agente de levadura, bicarbon		USDA SR 28 (2015) - 18372 - Agente de levadura, bicar	1000			Leavening agents	Peso unidad (n)	1000
Aguacate común		NINGUNO	1000				Fest unitada (g)	000
Aguacate Lorena, crudo		TCAC 2018 - C002 - Aguacate Lorena, crudo	1000	2000		Pulpa sin semilla	Fecha precio	2//01/2021 8:29 p. m.
Aguacate Lorena, maduro, pul		TCAC 2015 - 253 - Aguacate Lorena, maduro, pulpa	1000	4000		Granel	Precio unidad	0
Ahuyama		NINGUNO	1000			~	<sup>4</sup> Unidad de compra	
						- >	onidad de compra	

Al dar nuevamente en "Buscar Siguiente" se ubica en la siguiente coincidencia y así sucesivamente.

### Importando alimentos desde archivo excel

Para **importar o actualizar** la información de alimentos personalizados desde un archivos Excel se debe seleccionar la opción "**Importar**"

Al dar clic en la opción se muestra el siguiente formulario:

🛓 Importar alimentos desde archivo Excel		
Opciones de importación	2	^
Seleccione el archivo		
Estructura_brom_973 - ajustado.xlsx	Cod Cod GRUPO DL AUMERICO INAMEGIO ADMINIO ADMINIO CONTE PROTEINA. Proporante Alimento AUMINIO ADMINIO Independido PESO VOLUMINI (Col) (g)	
Ubicación de información	Codigo Unico         Col         Unit           2         [9:4]         1         39688005U/CTRAS         Loch en thread e wara ultravalta temperaturaUKT (UHT)         P-209101202002         100         96.9         64         3.8           19:9:5         15         39688005U/CTRAS         Loch en thread e wara ultravia to temperaturaUKT (UHT)         0556596.4         100         97.13870115         59         3.2	
💻 Fila inicial: 2 🗧 🕄	4         19-38         29         3988800504/CHAS         Jack to entered waru ultradis temperatura(MI (MI))         1-20-739805         100         1012         5-8         2.5           5         15.5         15         42(CERELINEVCOD         Minimutala         05442a         100         0         3-99         9.1           5         45.55         15         42(CERELINEVCOD         Minimutala         05442a         100         0         3-99         9.1	
Asociar columnas	B         B         D <thd< th=""> <thd< th=""> <thd< th=""> <thd< th=""></thd<></thd<></thd<></thd<>	
General Durin Constantiation Nutrimeter	9         45 24         24         45 (CBEAL BMP AC/DC)         Manascala.         # 20 20174         100         0         390         8.7           10         15 4:3         4.1         45 (CBEAL BMP AC/DC)         Manascala.         Market addresses         100         0         390         8.7           10         15 4:4         4.4         45 (CBEAL BMP AC/DC)         Market addresses         Market addresses         100         0         391         9.7           10         10         10         100	
General Precio Caracteristicas Nutrientes	11 Print 3 Victoria (1997) - 200 Print Print (1997) - 200 Print (1997)	
Descripción: F		
→ Código: A		
Fuente: -NO APLICA		
Codigo fuente: -NO APLICA-		
🗖 Cargar opciones 🗟 Guardar opciones		=
Importar Cerrar 8 9		$\sim$
	Hoja Hoja1 12 - Q Zoom 45% Q Sin Ajuste - « < 1 a	ie 2 <b>&gt; &gt;</b>

Este formulario tiene los siguientes campos:

- 1. Seleccione archivo: Ruta de donde se encuentra ubicado el archivo Excel a importar.
- 2. Vista Previa: Vista previa del archivo Excel seleccionado.
- 3. Fila Inicial: Número de la fila donde empieza la tabla con la información.
- 4. General:
  - Nombre: Columna donde se encuentra el nombre del alimento.
  - o Descripción: Columna donde se encuentra la descripción del alimento.
  - o Código: Columna donde se encuentra el código del alimento.
  - **Fuente**: Columna donde se indica la tabla de composición química de donde procede el alimento. Los valores que puede tomar esta columna son los siguientes:
    - TCAC 2018: 2018
    - TCAC 2015: 2015
    - TCAC 2005: 2005
    - ICBF 1978: 1978
    - ICBF 1978 Anexo: anexo
    - USDA SR 28: usda
  - Código fuente: Código del alimento en la tabla de composición química indicada en el campo fuente.
- 5. Precio:
  - Precio unidad: Columna donde se encuentra el precio del alimento.
  - **Peso unidad (g)**: Columna donde se encuentra la unidad de compra del alimento.
  - Fecha precio: Columna donde se encuentra la fecha.
  - o Nombre unidad: Columna donde se encuentra el nombre de la unidad de compra
  - o Marca: Columna donde se encuentran los valores correspondientes a la marca
  - o Presentación: Columna donde se encuentra la presentación
  - o Embalaje: Columna correspondiente a los datos de embalaje
- 6. Características:
  - Parte Comestible: Columna donde se encuentra la parte comestible del alimento.
  - o Factor Proteína Animal: Columna donde se encuentra el Factor Proteína Animal.

- o Factor Grasa Vegetal: Columna donde se encuentra el Factor Grasa Vegetal.
- o Método Cocción: Columna donde se encuentran los métodos de cocción
- o Factor Cocido: Columna donde están los valores de factor cocido
- Patrón Medida: Columna donde se encuentra el patrón de medida que puede ser peso o volumen
- 7. **Nutrientes**: En esta pestaña se encuentra la lista de nutrientes con un control al frente de cada registro, el cual va permitir seleccionar la columna donde se encuentra los valores para un determinado nutriente.
- 8. Cargar opciones: Permite cargar las opciones de importación.
- 9. Guardar opciones: Permite guardar las opciones de importación.
- 10. Importar: Realiza la importación de los alimentos personalizados y cierra el formulario.
- 11. Cerrar: Cierra el formulario sin realizar la importación.
- 12. Hoja: Nombre de la hoja del archivo Excel en donde se encuentra la información.
- 13. Alejar: Disminuye el zoom de la vista previa.
- 14. Acercar: Aumenta el zoom de la vista previa.
- 15. Ajuste: Ajusta el zoom de la vista previa con valores predeterminados por la opción seleccionada.
- 16. **Página**: Cambia la página en la vista previa.

Una vez se ha indicado el detalle (controles anteriores) de donde se encuentra la información de acuerdo al archivo Excel, al seleccionar la operación "**Importar**" el sistema importa los alimentos adicionales.

Se puede importar toda la información o solo parte de ella. El único campo obligatorio es el campo "Nombre Alimento".

Por ejemplo, se tiene el siguiente archivo Excel:

	А	В	С	D	E	F	G	н	l I	J	К	L	м	
	Nombro	Cádlao	Drasia	Unidad da Comuna	Facha Drasia	Precio	Precio	Parte	Factor Proteina	Factor Grasa	ACUA	CALODIAS	DROTEINIAG	וה
1	Nombre	Coulgo	Precio	Unidad de Compra	recha Precio	Mínimo	Máximo	Comestible	Animal	Vegetal	AGUA	CALURIAS	PROTEINAS	
2	Arequipe		1000			900	1500	90			12,50	15,40	75,78	
3	Queso			1000,00	07/10/2018			80,00			13,50	16,40	76,78	
4	Yogurt			2000,00							21,50	23,40	25,78	
5	Aceite Oliva	FTAGUA12							0,30	0,40	120	399	412	
6	Pan		200	1	10/10/2018						10,00	20,00	30,00	
7														
8														
q			-											
	< ►	Hoja1	(+)						4					Þ

Por tanto la configuración del formulario para importar es la siguiente:

- 1. Archivo Excel a importar
- 2. Hoja del archivo de Excel a importar.
- 3. Fila inicial: Fila en la hoja de Excel donde se encuentra la información. No debe ser la de los encabezados.
- 4. Nombre: Columna en la que se encuentra el nombre del alimento.
- 5. Código: Columna donde se encuentra el nombre del alimento (opcional).



Para la pestaña de precios:

Opci	ones de importación								
Seleccione el archivo									
Ejemplo-importar-alimentos-personalizados.xlsx									
Ubicación de inform	ación								
Fila inicial:	2								
Asociar columnas									
General Precio	Características Nutrientes								
Precio unidad:	c 2								
➡ Peso unidad (g):	D 73								
Fecha precio:	F - 4								
Nombre unidad:	-NO APLICA- 🗸								
→ Marca:	-NO APLICA- v								
Presentación:	-NO APLICA- v								
<table-cell-rows> Embalaje:</table-cell-rows>	-NO APLICA- +								
	Cargar opciones Guardar opciones								
Importar C	errar								

- 1. Activa la pestaña de precios.
- 2. Precio unidad: Columna en el archivo de Excel con la información del precio por unidad de compra.
- 3. **Peso unidad (g)**: Columna en el archivo de Excel con la información del peso en gramos de la unidad de compra.
- 4. Fecha precio: Columna en el archivo de Excel con la fecha del precio (opcional).

Para la pestaña características:

Opciones de importación								
Seleccione el archivo								
Ejemplo-importar-alimentos-personalizados.xlsx								
Ubicación de información								
Fila inicial: 2								
Asociar columnas								
General Precio Características Nutrientes								
Parte comestible (PC): H								
Factor proteína animal:								
Factor grasa vegetal: J								
→ Método de cocción: -NO APLICA- →								
Factor cocido: -NO APLICA								
Patrón de medida: -NO APLICA								
Cargar opciones Guardar opciones								
Importar Cerrar								

- 1. Activa la pestaña de características.
- 2. Parte comestible (PC): Columna donde se encuentra la parte comestible del alimento (opcional)
- 3. Factor proteína animal: Columna donde se encuentra el porcentaje de proteína animal del alimento (opcional).
- 4. Factor grasa vegetal: Columna donde se encuentra el porcentaje de grasa vegetal del alimento (opcional)

Se selecciona la opción "Importar" y si no se presenta ningún inconveniente se muestra el siguiente mensaje:



Al dar clic en aceptar la importación actualiza la información de los alimentos existentes. Los alimentos nuevos se encuentran al final del listado de alimentos.

N I.	Código de	Fuente	the second se	Inspector
Nombre	referencia	principal	General	
			Nombre	*Arándanos, salvaje, arbusto
			Descripción	Cranberries, wild, bush, raw
			Código referencia	
			Características	
			Alimento Fuente	USDA SR 28 (2015) - 3502
			% Parte comestible	100
			Métodos de cocción	(Colección)
			Medidas caseras	(Colección)
			% Grasa vegetal	
			% Proteína animal	
			Precio unidad de c	ompra
			Peso unidad (g)	1000
			Fecha precio	17/01/2020 10:25 p.m.
Queso	NINGUNO		Precio unidad	0
Yogurt	NINGUNO		Unidad de compra	
Aceite Oliva	FTAGUA ININGUNU		Proveedor	

## Cargar archivo de preparaciones

Esta funcionalidad consiste es reemplazar los alimentos personalizados que se encuentren cargados en el sistema por los que se estén en el archivo que se importe (.est).

Para realizar la operación se selecciona la opción "Archivo> Más(1)> Cargar archivo (2)"



Al dar clic en la opción se muestra el siguiente mensaje informativo.

	Atención	×
?	La operación reemplazará el archivo de Alimentos Personalizados. ¿Desea contin Si <u>N</u> o	uar?

Al dar clic en la opción "No" no se realiza ninguna acción.

Al dar clic en la opción "Si" se muestra la siguiente ventana para seleccionar el archivo que se desea importar

Abrir Archivo de Alimentos			×
$\leftrightarrow$ $\rightarrow$ $\checkmark$		ע פֿע גע Buscar	en Excel
Organizar 👻 Nueva carpeta			== • 🔳 🕐
^	Nombre	Fecha de modificación	Tipo 1
	General.est	30/09/2021 2:10 p. m.	Archivo EST
-			
· ·	<		>
Nombre de archivo: General.est		✓ Archivo de A	limentos (*.est) 🛛 🗸
		<u>A</u> brir	Cancelar

Una vez se selecciona el archivo y se da clic en la opción "Abrir", el sistema carga todos los alimentos personalizados.

## Realizando copias de seguridad

Para crear una copia de seguridad de los alimentos personalizados existentes en el sistema, se debe seleccionar la opción "Más(1)> Backup(2)"

🝷 Alimentos perso	nalizad	os (737)	>		<b>×</b> □
+			0 1	2	↑ == ==
Alimento personalizado		2	Buscar Impo	■ ortar F	vportar Inspector Má
	Cádina da				sportal inspector Was
Nombre	referencia			В	Guardar como
*Arándanos, salvaje, arbusto,		USDA SR 28 (2015	General		Cargar archivo
*Bebidas, leche de coco, endu		USDA SR 28 (2015)	Nombre		
*Crustáceos, camarón, especi		USDA SR 28 (2015)	Deseriesián	<b>T</b>	Copia de seguridad 2
TACO BELL, Nachos		USDA SR 28 (2015)	Descripcion		
ACEITE		TCAC 2018 - D001 -	Código referencia	+9	Copia de seguridad
Rceite de girasol		NINGUNO	Características		Crea una copia de seguridad
🟶 Aceite de Oliva		ICBF 2005 - 490 - A			personalizados
🏶 Aceite de soya		TCAC 2018 - D012	Alimento Fuente	TC	
The Aceite vegetal		TCAC 2018 - D013	% Parte comestible	100	
🏶 Aceite, de soya		TCAC 2015 - 374 - 🗸	Métodos de cocción	(Co	lección)
Reeite, refinado, de Maíz		TCAC 2015 - 379 - 🗸	Medidas caseras	(Co	lección)
Aceites		NINGUNO	% Grasa vegetal		
💱 Acelgas, hojas, cruda		TCAC 2015 - 122 - 🖉	% Brateles asimal		
ACHIOTE		NINGUNO	% Froteina animai		
🔯 Achiote, seco		TCAC 2018 - L001 -	🕈 Precio unidad de com	npra	
Agente de levadura, bicarbon		USDA SR 28 (2015)	Peso unidad (g)	100	0
🟶 Aguacate común			Facha procio	27/	01/2021 0-20 p m
🟶 Aguacate Lorena, crudo		TCAC 2018 - C002	Fecha precio	2/10	J 1/202 I 6:25 p. m.
Aguacate Lorena, maduro, pul		TCAC 2015 - 253 -	Precio unidad	0	
🏶 Ahuyama			🕈 Unidad de compra		
<			Descender		▼
			>	Gu	ardar Cerrar

Al dar clic en la opción se muestra el siguiente formulario:

Copia de seguridad	×
Ingrese el nombre de la copia de seguridad	
OK Cancel	
	:

En este formulario se ingresa el nombre que se le quiere asignar a la copia de seguridad para posteriormente identificarlo fácilmente.

Al dar clic sobre la opción "Cancel" el sistema no realiza ninguna acción.

Al dar clic en la opción "OK" si la operación fue exitosa se muestra el siguiente mensaje:



# Restaurando copias de seguridad

Para restaurar una copia de seguridad de los alimentos personalizados se debe seleccionar la opción "Más (1) > Restaurar (2)"

Alimentos perso	nalizad	los (737)		L	□ <b>×</b>
+ Alimento personalizado				<b>5</b>	
			Buscar + Imp	ortar E	xportar inspector Mas
Nombre	Código de referencia		₩ 	" 🖪	Guardar como
*Arándanos, salvaje, arbusto,		USDA SR 28 (2	🕇 General		Cargar archivo
🏶 *Bebidas, leche de coco, endu		USDA SR 28 (2	Nombre	_	
*Crustáceos, camarón, especi		USDA SR 28 (20)	Descrinción	1	Copia de seguridad
💱 *TACO BELL, Nachos		USDA SR 28 (20)	Código referencia	_∩	Postaurar
ACEITE		TCAC 2018 - D0	Codigo reierencia	-3	Restaurai 2
🏶 Aceite de girasol			Características	Resta	aurar una copia de seguridad
🏶 Aceite de Oliva		ICBF 2005 - 490		Rest	taura una copia de seguridad de
🏶 Aceite de soya		TCAC 2018 - D6	Alimento Fuente	los a	limentos
🏶 Aceite vegetal		TCAC 2018 - DC	% Parte comestible	100	
🏶 Aceite, de soya		TCAC 2015 - 37	Métodos de cocción	(Col	lección)
🔯 Aceite, refinado, de Maíz		TCAC 2015 - 37	Medidas caseras	(Col	lección)
🏶 Aceites			% Grasa vegetal		
🔯 Acelgas, hojas, cruda		TCAC 2015 - 12	% Proteína animal		
S ACHIOTE		NINGUNO	78 Troteina animai		
🏶 Achiote, seco		TCAC 2018 - L00	🗡 Precio unidad de cor	mpra	
Agente de levadura, bicarbon		USDA SR 28 (20	Peso unidad (o)	100	0
Aguacate común			Eecha precio	27/0	1/2021 8:29 p. m
Aguacate Lorena, crudo		TCAC 2018 - C		2//0	///2021 0.23 p. m.
Aguacate Lorena, maduro, pul		TCAC 2015 - 25	Precio unidad	0	
🔯 Ahuyama			Unidad de compra		
<					
			>	Gua	ardar Cerrar
		<			

Al dar clic en la opción se muestra el siguiente formulario:

Ð	S Restaurar alimentos personalizados						
	Copias de seguridad						
	Nombre	Fecha	Tamaño (KB)				
•	Alimentos	1/10/2021 12:22 p.m.	363				
	General	1/10/2021 11:55 a.m.	361				
	General	30/09/2021 2:10 p.m.	361				
	General	30/09/2021 2:07 p.m.	363				
	General	16/09/2021 9:58 a.m.	364				
	General	15/09/2021 5:34 p.m.	364				
	General	15/09/2021 5:32 p.m.	364				
	General	15/09/2021 5:22 p.m.	364				
	General	14/09/2021 3:33 p.m.	343				
	General	14/09/2021 3:25 p.m.	343				
	General	14/09/2021 3:17 p.m.	343				
	General	14/09/2021 3:02 p.m.	343				
	General	14/09/2021 3:00 p.m.	343				
	General	14/09/2021 2:56 p.m.	343				
		44,00,0004,40,00	040 V				
	Borrar Borrar todo	Restaurar	Cerrar				

Este formulario lista todas las copias de seguridad existentes y permite realizar las siguientes operaciones:

- Borrar Todo: Al dar clic en esta opción el sistema elimina todas las copias de seguridad.
- **Borrar**: Al seleccionar esta opción se elimina la copia de seguridad seleccionada.
- **Restaurar**: Restaura la copia de seguridad seleccionada.
- Cerrar: Cierra el formulario sin realizar la restauración de la copia de seguridad.

Si selecciona la opción "Restaurar" se muestra el siguiente mensaje:

	Atención	×
?	¿Esta seguro de restaurar la copia de seguridad 'Alimentos'? Al realizar la acción perderá todos los cambios hechos después de la generación de la copia de seg Qk <u>Q</u> ancelar	uridad.

Al dar clic sobre la opción "Cancelar", el sistema no realiza ninguna acción.

Si se selecciona la opción "Ok" y la operación fue exitosa, el sistema muestra el siguiente mensaje:



#### **Exportando Alimentos**

Para exportar la lista de alimentos personalizados existentes en el sistema se debe seleccionar la opción "Exportar"

Al dar clic en la opción se muestra la siguiente ventana donde se debe seleccionar la ubicación de donde se quiere almacenar el archivo con los alimentos personalizados:

Guardar como				×
$\leftrightarrow$ $\rightarrow$ $\land$	<< DATOS (D:) > Soporte > 2020-12 > MenusPlus >	Alimentos 🗸 🗸	ව 🔎 Buscar en Al	imentos
Organizar 🔻 🛛 N	ueva carpeta			:== • ?
	* Nombre	Fecha de modificación Tipo	Tamaño	
	5			¥
Nombre de archivo:	Lista de alimentos.xlsx			~
Tipo:	Archivos xlsx (*.xlsx)			~
∧ Ocultar carpetas			Guardar	Cancelar

Se da clic en la opción "Guardar" y con esto se finaliza el proceso.

## Módulo Preparaciones Personalizadas

MenusPlus tiene **preparaciones personalizadas**, esta funcionalidad permite definir o guardar preparaciones que pueden ser utilizadas en diferentes proyectos y/o menús.

Esto evita, por ejemplo, que se tenga que crear varias veces preparaciones que son utilizadas constantemente en diferentes menús o proyectos.

Para acceder al módulo se selecciona la opción " Configuración (1)> Preparaciones personalizadas" (2)" o

utilizar el método abreviado CTRL + MAYÚS + P .

	C I	C PUERTO CARREÑO.mns - Menus	sPlus				
Archivo	\$	Configuración 🗧 🖃 Ver 👻 🦩 Repo	ortes -	? Ayuc	la -		
+	Pro	yecto			L .		
Agrega	٥	Nutrientes		Ctrl+N	à	% @ @ /	
	Ψſ	Tiempos de comida y grupos de alime	entos	Ctrl+T			
el n	ie:	Grupos de personas		Ctrl+J		Peco neto	Peso cosido
O Busc	۲	Recomendaciones		Ctrl+R		(g)	(g)
I = Más	1	Personalizar		•			
JE utiliz		Ajustes de AMDR		•	,518	6078	6116/
		Propiedades del proyecto					
	Bib	lioteca					
	$\mathbf{P}$	Alimentos personalizados	Ctrl+Ma	ayús.+A			
	★	Preparaciones personalizadas	Ctrl+M	ayús.+P	2		
					Prepa	raciones persona	lizadas
					perso	as preparaciones onalizadas de Men	usPlus
				_			

Al dar clic en "Preparaciones personalizadas" se muestra el siguiente formulario con los alimentos personalizados registrados en MenusPlus:

★ Preparaciones personalizad	das (23)	1	6 7	8 9 10		14 1	5	16 17 18	19 20
		-		<b>局</b> / 南		rdonar 57	4	Q 📩 📩	
Preparación Alimento			60 -0		1 12		· \	Buscar Importar Exportar	Inspector Más
D Nombro	Paraián	Peso bruto	Peso neto	Peso cocido	Calorías	Proteína ^	<ul> <li>&lt; #</li> </ul>	Inspector	×
+ Nombre	FOICION	(g)	(g)	(g)	(Kcal)	(g)	General Minuta patró	Nutrientes 22	
🕨 📷 Arroz		85,494	77.02	77.02	107,14	1			
▷ 📷 ARROZ - 2	- 21	103,5	85,5	85,5	115,29		<sup>4</sup> General		
ARROZ INTEGRAL		75,494	73,02	73,02	231,04	E	Nombre	ABB07	
D ARROZ INTEGRAL -2		78,5	75,5	75,5	228,89	E	Descripción	744102	
De los Colada de bienestarina		112,5	112,5	112,5			Descripcion		
ENSALADA	_	105,204	84,75	84,75	6,95	(	1 Peso		
ENSALADA DE ESPINACAS	_	71,247	57,86	57,86	13,11	(	Peso ingredientes (g)		77.02
Filete de mojarra a la plancha	_	40	40	40					
E Fresa	_	70	70	70			Factor de conversion	1	
▷ 🛄 Huevo frito	_	54	54	54	36		Peso cocido (g)		77,02 ≑ 🎹
DIGO DE MORA		70	63,0	63.0	14,49		4		
PAPA SALADA	_	121,5	121,35	121,35	0,74	(	Porción servida		
PAPAS AL HORNO		82,5	82,5	82,5	82		Porción servida		
PESCADO		139,247	121,60	121,60	165		Medida peso cocido	gramo = 1g	
PESCADO A LA PLANCHA		100	100	100			4 1		
Verdura tricolor		74	74	74			Information		
SOPA DE VERDURAS		113,987	90	90	76,6		Calidad sensorial	0,00 %	
AGUAPANELA CON LECHE		125	125	125	146		Costo	\$ 0,00	
Implementation (promedio) Mantecada test		100	100	100	397,88	5.4			
<						>			
								Guardar	Cerrar
								23	24

- 1. Muestra el total de preparaciones personalizadas.
- 2. Preparación: Agrega una nueva preparación personalizada.
- 3. Alimento : Agrega un alimento a la preparación seleccionada..
- 4. **Deshacer**: Deshace el último cambio a los alimentos personalizados.
- 5. **Rehacer**: Rehace el último cambio a los alimentos personalizados.
- 6. Cortar: Corta el elemento seleccionada.
- 7. Copiar: Copia el elemento seleccionada.
- 8. **Pegar**: Pega el elemento copiado en el elemento seleccionada.
- 9. Modificar: Modifica el alimento personalizado seleccionado.
- 10. Borrar: Borra el alimento personalizado seleccionado.
- 11. Subir: Sube el elemento seleccionado.
- 12. Bajar: Baja el elemento seleccionado.
- 13. Ordenar: Ordena las preparaciones por orden alfabético.
- 14. Expandir: Expande el elemento seleccionado.
- 15. Contraer: Contrae el elemento seleccionado.
- 16. Buscar: Busca la preparación por su nombre.
- 17. Importar: Importa preparaciones personalizadas desde un archivo de Excel.
- 18. Exportar: Exporta las preparaciones personalizadas en un archivo de Excel.
- 19. Inspector: Muestra u oculta el inspector.
- 20. Más: Opciones adicionales
  - Guardar como: Guarda las preparaciones personalizadas en un archivo.
  - Cargar archivo: Carga las preparaciones personalizadas de un archivo.
  - **Copia de seguridad**: Crea una copia de seguridad de las preparaciones personalizadas.
  - **Restaurar**: Restaura una copia de seguridad de las preparaciones personalizadas.
- 21. Listado de preparaciones personalizadas.
- 22. Inspector: Permite consultar o modificar las propiedades de un elemento seleccionado.
- 23. Guardar: Guarda los cambios hechos en las preparaciones personalizadas y cierra el formulario.
- 24. Cerrar: Descarta los cambios hechos y cierra el formulario.

Las operaciones que se pueden realizar en el módulo favoritos se describe a continuación.

#### Expandir

La opción (expandir) permite expander todo el contenido de los elementos. A continuación se muestran imágenes antes y después de usar esta opción:

★ Preparaciones Personalizadas (	40)
Inicio →	
🋍 🛍 🔏 🔿 C 🖋 Eliminar 🛧 🔸	X )
P Nombre	Peso
P #     ARROZ AJONJOLI     ARROV A AJONJOLI     ARROV A AJONJOLI     ARROV AJONJOLI     ARVOV AJONJO	
The second seco	
▷ Ψ¶ ARROZ BLANCO	
▷ Ψ¶ ARROZ CON ESPINACA	
▷ Ψ¶ ARROZ PAJARITO	
▷ Ψ¶ BANANO × 93 G	
▷ Ψ¶ CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS	
▷ Ψ¶ CARNE DE RES AL CILANTRO CON MAIZ	
▷ Ψ¶ CARNE DE RES GUISADA	
▷ Ψ¶ CHOCOLATE	
TYPENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y APIO	
🕨 🎹 ENSALADA DE ZANAHORIA, MANZANA Y PIÑA 👘	

★ Preparaciones Personalizadas	(40)
Inicio → ARROZ CON ESPINACA →	
n 🖻 🔏 つ C 🖉 Eliminar 🛧 🔸	$\mathbf{X}$
P Nombre	Peso
Arroz blanco, crudo	_
Cebolla	_
ajonjoli	
w sal	
Aceite, de soya	
A TT AHUYAMA CON MIEL	
Ahuyama C. máxima, sin cáscara, cruda	_
Miel de caña de azúcar	_
menta	_
w sal	
A TT ARROZ BLANCO	
Arroz blanco, crudo	-
T A:	-
	-
Ne sal	-
Anna klana anda	
Arroz bianco, crudo	-
	-
W espinaca	
	-
V sal	
Aceite, de soya	

#### Contraer

La opción 🔀 (contraer) permite contraer todo el contenido de los elementos.

#### **Buscar**

Al seleccionar la opción de buscar se muestra el siguiente formulario:

Buscar	×
Buscar	Buscar Siguiente
	Cancelar

Al ingresar el texto respectivo y seleccionar la opción "Buscar siguiente" el sistema resalta la primera

#### coincidencia en la grilla:

🖈 Preparaciones personalizad	las (23)										<b>×</b> □
Preparación Alimento		C	C 🗶 🖻	°∎ ∕	<b>↑ ↓ </b> 2+0	rdenar 🔀	×		<b>Q</b> Buscar	importar Exportar	다. Inspector Más
무 Nombre	Porción	Peso bruto (g)	Peso neto (g)	Peso cocido (g)	Calorías (Kcal)	Proteína ^ (g)	<	같	In	spector	×
ARROZ		85,494	77.02	77,02	107,14	2	<u> </u>	Genteren Twinuta patron	Nutriente	5	
ARROZ - 2		103,5	85,5	85,5	115,29	2		<sup>4</sup> General			
ARROZ INTEGRAL		75,494	73,02	73,02	231,04	Ę		Newber		Ulumum Arite	
ARROZ INTEGRAL -2		78,5	75,5	75,5	228,89	E		Nombre		Huevo Into	
Colada de bienestarina		112,5	112,5	112,5				Descripcion			
ENSALADA		Buscar					×	Peso			
ENSALADA DE ESPINACAS		buscu						Paso ingradiantas (g)			54
Filete de mojarra a la plancha		Busca	r Huevo frito			Duran Circuita		r eso ingredientes (g)			···
Eresa Fresa						Buscar Siguier	nte	Factor de conversión		1	
Huevo frito						Cancelar		Peso cocido (g)			54 ≑ 🇮
UGO DE MORA	_							A Develón conside			
PAPA SALADA	_	121,5	121,35	121,35	0,74	(		Porcion servida			
PAPAS AL HORNO		82,5	82,5	82,5	82			Porción servida			
PESCADO	_	139,247	121,60	121,60	165			Medida peso cocido		gramo = 1g	
PESCADO A LA PLANCHA	_	100	100	100		_		<sup>4</sup> Información			
Werdura tricolor		74	74	74				N Calidad accorded		0.00.%	
SOPA DE VERDURAS		113,987	90	90	76,6			Calidad sensorial		0,00 %	
AGUAPANELA CON LECHE		125	125	125	146			Costo		\$40,00	
Image: promedio) Mantecada test		100	100	100	397,88	<u>۲</u>					
<						>					
										Guardar	Cerrar

# **Actualizando MenusPlus**

Esta funcionalidad permite descargar la última versión de MenusPlus. Para verificar si hay actualizaciones de MenusPlus se puede seleccionar la siguiente opción en " **Archivo> Inicio**":

≡   🗄 つ C Dieta infanti Archivo 🗱 Configuración → 🚦	il.mns - MenusPlus ⊒ Ver - ∮Reportes - ②Ayuda -				Q, Empresarial −
Atrás	🕕 Buenos días				
Nuevo	Nuevo proyecto	E	scoja una tarea		
Adhr			Herramientas	Ayuda ►	Tutoriales Crear un nuevo provecto
💾 Guardar	Proyecto de menús básico con tiempos de comidas	Mác plantillas →	Buscar actualización	Videos	Agregar un
🖥 Guardar como	Proyectos recientes	Fecha de modificación	Activar MenusPlus	Manual de usuario	Agregar una preparación
🕈 Reportes	ω Ω	<b></b>	Comprar	<b>?</b> Centro de soporte	Agregar un alimento
↑ Copia de seguridad	<b>0</b>		MenusPlus	Sito Web	Importar menús
S Restaurar copia de seguridad	•			4	Generar reportes
	<b>•</b>			Contactar	Asignar recomendaciones
MenusPlus 8.21.10.8720	<sup>©</sup>				Activar MenúsPlus
Comentarios	<u> </u>				
Acerca de     Salir		Más proyectos 🔶			

También puede buscar la actualización en "Ayuda(1)> Buscar actualizaciones(2)":

😑 🖹 🖱 C Dieta infantil.mns - MenusPlus						
hidratos Calc						
iles(g) (mi						
195,368						
90,3% 1 aciones						
usPlus a la						
aisponible						

Al dar clic en la opción, si el programa que se esta utilizando corresponde a la última versión de MenusPlus, se muestra la siguiente ventana:

	Actualizar MenusPlus	<
i	La versión actual de MenusPlus esta actualizada	3
	Ok	

En caso contrario se muestra ventana similar a la que se muestra a continuación:



Si de da clic en el botón "Si" se muestra los detalles de la nueva versión disponible:

Actualización de MenusPlus		×
iHay una actualización disponible!		
✓ La nueva versión 8.2020.2.8100 está disponible. Tiene la 8.2020.2.8099		
Febrero de 2020 (versión 8.20.02)		^
Bienvenido a la actualización de febrero de 2020 de MenusPlus. Esta versión tiene varias mejoras que esperamos sean muy útiles. Algunas de las características más destacadas son:		
• Nueva interfaz de usuario – Se ajustaron los botones de las barras de herramientas para que ocupen menos espacio y sean más visibles.		
• Navegación en la estructura del proyecto: Ahora el control de navegación está en la parte superior del programa.		
Problemas – Ahora la información de los problemas del proyecto está en la parte superior del programa.		
Enero de 2020 (versión 8.20.01)		
Bienvenido a la actualización de enero de 2020 de MenusPlus. Esta versión tiene varias mejoras que esperamos sean muy útiles. Algunas de las características más destacadas son:		
• Nueva interfaz de usuario Se actualizo la interfaz de usuario para aumentar el espacio disponible para trabajar con la estructura del proyecto También se organizaron los comandos en pestañas para simplificar la interfaz.		
• Navegación en la estructura del proyecto: Ahora se puede ir hasta cualquier elemento del proyecto utilizando el control de ubicación que se encuentra en la parte inferior del programa.		~
Actualizar Ce	rar	]

Al seleccionar la opción "Actualizar" el sistema iniciará el proceso de actualización. Para iniciar la actualización, previamente se debe haber guardado todos los cambios pendientes en el proyecto que pueda estar abierto.

Si tiene abierta la aplicación y ha guardado los cambios, el proceso de actualización solicita que se cierre la aplicación para continuar con la actualización.

## Usos avanzados

## Métodos abreviados de teclado

MenusPlus implementa varios métodos abreviados de teclado que pueden ser usados para ejecutar rápidamente tareas comunes.

# Área de trabajo

### Vistas

Para realizar esta acción	Presione
Vista de <b>detalles</b>	CTRL+1
Vista de ciclo de menús	CTRL+2
Vista de <b>grupos de personas</b>	CTRL+3
Configuración y mas opciones	CTRL+.

# Agregar

-33					
Para realizar esta acción	Presione				
Agregar una <b>semana</b>	CTRL+S				
Agregar un <b>menú</b>	CTRL+M				
Agregar una <b>preparación</b>	CTRL+P				
Agregar un <b>alimento</b>	CTRL+A				

# Agregar elementos

Para realizar esta acción	Presione
Agrega un elemento en el mismo nivel	CTRL + ENTRAR
Agrega un elemento hijo	CTRL + TAB

# Editar

Para realizar esta acción	Presione
Pegar en los elementos seleccionados.	CTRL+V
Copiar los elementos seleccionados	CTRL+C
Cortar los elementos seleccionados	CTRL+X
Borrar los elementos seleccionados	SUPR
Deshacer la última acción	CTRL+Z
Rehacer la última acción	CTRL+Y
Guardar el proyecto	CTRL+G

# Navegación

Para realizar esta acción	Presione
Expande el elemento actual	+
Expande el elemento actual y todos sus hijos	*
Contrae el elemento actual	-
Contrae el elemento actual y todos sus hijos	/
Úselo para ir a la celda anterior.	MAYÚS+TAB
Úselo para mover una celda a la derecha	ТАВ
Úselo para mover una celda abajo	ENTRAR
Úselo para mover una celda arriba.	MAYÚS + ENTRAR

# Organizar

Para realizar esta acción	Presione		
Subir el elemento seleccionado	ALT + ARRIBA		
Bajar el elemento seleccionado.	ALT + ABAJO		
Quitar del contenedor actual.	ALT + IZQUIERDA		
Mover al siguiente contenedor	ALT + DERECHA		

# Interfaz de usuario

## Ajustes del proyecto

Para realizar esta acción	Presione
Muestra el formulario de Tiempos de comida	CTRL+T
Muestra el formulario de Nutrientes	CTRL+N
Muestra el formulario de Grupos de personas	CTRL+J
Muestra el formulario de <b>Recomendaciones</b> de ingesta	CTRL+R
Muestra el formulario de Generación de reportes	CTRL+K

# Ajustes de MenusPlus

Para realizar esta acción	Presione
Muestra el formulario de Alimentos personalizados	CTRL+MAYÚS+A
Muestra el formulario de <b>Preparaciones</b> personalizadas.	CTRL+MAYÚS+P

## Ver

Para realizar esta acción	Presione
Mostrar u ocultar panel Inspector.	CTRL+I
Mostrar el panel de Aportes del menú	CTRL+MAYÚS+R
Mostrar panel de <b>Buscar</b>	CTRL+ B
Muestra el panel de Más utilizados	CTRL + U
Mostrar u ocultar panel de <b>Problemas</b>	CTRL + E
Mostrar el <b>siguiente problema</b> en el área de trabajo.	CTRL + MAYÚS + E
Muestra el panel de Filtrar tablas de alimentos	CTRL + F

## Deshabilitar envío de datos de uso

El software puede recopilar datos de uso del software y errores para enviarla a Comunidad Web. Comunidad Web puede utilizar esta información para proporcionar servicios y mejorar nuestros productos y servicios.

Puede excluirse del envío de datos en la opción "Opciones" (1):



Luego en el formulario de "Opciones de MenusPlus" seleccione la pestaña "Internet" (1) y desactive la opción "Activar telemetría" (2):

Opciones de MenusPlus	-		×
🗘 Opciones de MenusPlus			
Archivos 📚 Internet			-
Servidor Proxy MenusPlus utiliza Internet para activar la licencia, descargar actualizaciones y para enviar datos anonimos de usuo	y erro	rres.	
Se puede especificar un servidor proxy si se necesita para el acceso a Internet.			
🗱 Configurar Servidor Proxy			
Activar telemetría Activar el envío de datos de uso y errores para mejorar MenusPlus			
Guardar	Cerra	ar	]

## Anexos

## Variables

Para la generación de reportes, gráficos y en general para manejar la información nutricional del contenido de un menú, MenusPlus utiliza una seríe de variables que utilizan los siguientes prefijos:

- AC\_: Ácido
- CAL\_: Calorías
- FOLATO\_: Folato
- POR\_: Porcentaje
- PROT\_: Proteína

- UC\_: Unidad de compra
- VCS\_: Valor calorico por sumatoria
- VCT\_: Valor calorico total
- VIT\_: Vitaminas
- **G\_**: Grasa

Dentro de las variables que maneja MenusPlus se encuentran las que utiliza para hacer referencia a los nutrientes y las que utiliza para realizar cálculos y en general para manejar otros tipos de datos. A continuación se detallan cada una de las variables utilizadas por MenusPlus.

#### **Nutrientes**

Los nutrientes que maneja MenusPlus son los siguientes:

Nombre Variable	Descripción
AC_ARAQUIDICO	Ac. Araquídico (mg)
AC_ASPARTICO	Ac. Aspártico (mg)
AC_BUTIRICO	Ac. Butírico (mg)
AC_CAPRILICO	AC. Caprílico (mg)
AC_CAPROICO	Ac. Caproico (mg)
AC_ENCOSAENOICO	Ac. Eicosanoico (mg)
AC_ESTEARICO	Ac. Esteárico (mg)
AC_FOLICO	Ac. Fólico (mcg)
AC_GLUTAMICO	Ac. Glutámico (mg)
AC_LAURICO	Ac. Láurico (mg)
AC_LINOLEICO	Ac. Linoleico (mg)
AC_LINOLEICO2	Ac. Linoleico (mg)
AC_LINOLENICO	Ac. Linolénico (mg)
AC_MIRISTICO	Ac. Mirístico (mg)
AC_OLEICO	Ac. Oleico (mg)
AC_PALMITICO	Ac. Palmítico (mg)
AC_PALMITOLEICO	Ac. Palmitoleico (mg)
AC_PANTOTENICO	Ac. Pantoténico (mcg)
AGUA	Agua (g)
ALANINA	Alanina (mg)
ALFA_CAROTENO	Alfa caroteno (mcg)
ALMIDON	Almidón (g)
AMILOPECTINA	Amilopectina (g)
AMILOSA	Amilosa (g)
ARGININA	Arginina (mg)
AZUCAR_DISP_TOTAL	Azúcares disponibles totales (g)
AZUCAR_NO_RED	Azúcares no reductores (g)
AZUCAR_RED	Azúcares reductores (g)
AZUCAR_TOTAL	Azúcar total (g)
BETA_CAROT	Beta Caroteno (mcg)
BETA_CRYPT	Beta cryptoxanthin (mcg)
BIOTINA	Biotina (mcg)
CALCIO	Calcio (mg)
CALORIAS	Calorías (cal)
CARNITINA	Carnitina (mg)
CENIZAS	Cenizas (g)

СНО	Carbohidratos (g)
CISTEINA	Cisteína (mg)
CLORO	Cloro (mg)
COBRE	Cobre (mg)
COLESTEROL	Colesterol (mg)
COLINA	Colina (mg)
DISACARIDOS	Disacáridos (g)
FENILALANINA	Fenilalanina (mg)
FIBRA	Fibra (g)
FIBRA_DIET	Fibra diet ins (g)
FLUOR	Flúor (mg)
FOLATO_COMIDA	Folato comida (mcg)
FOLATO_DFE	Folato DFE (mcg)
FOLATO_TOTAL	Folato total (mcg)
FOSFORO	Fósforo (mg)
FRUCTOSA	Fructosa (g)
GALACTOSA	Galactosa (g)
GLICINA	Glicina (mg)
GLUCOSA	Glucosa (g)
GRASAS	Grasas (g)
GRASA_ANIMAL	Grasa animal (g)
GRASA_VEGETAL	Grasa vegetal (g)
G_MONOINSATURADA	G. Monoinsaturada (g)
G_POLIINSATURADA	G. Poliinsaturada (g)
G_SATURADA	G. Saturada (g)
HIERRO	Hierro (mg)
HISTIDINA	Histidina (mg)
INOSITOL	Inositol (mg)
ISOLEUCINA	Isoleucina (mg)
LACTOSA	Lactosa (g)
LEUCINA	Leucina (mg)
LISINA	Lisina (mg)
LUT_ZEA	Lutein y Zeaxanthin (mcg)
LYCOPENE	Lycopene (mcg)
MAGNESIO	Magnesio (mg)
MANGANESO	Manganeso (mg)
METIONINA	Metionina (mg)
NIACINA	Niacina (mg)
NUCLEOTIDOS	Nucleotidos (mg)
PECTINA	Pectina (g)
POTASIO	Potasio (mg)
PROLINA	Prolina (mg)
PROTEINAS	Proteínas (g)
PROT_ANIMAL	Prot. Animal (g)
PROT_AVB	Proteina AVB (g)
PROT_VEGETAL	Prot. Vegetal(g)
RETINOL	Retinol (mcg)
RIBOFLAVINA	Riboflavina (mg)
SACAROSA	Sacarosa (g)

SELENIO	Selenio (mcg)
SERINA	Serina (mg)
SODIO	Sodio (mg)
TAURINA	Taurina (mg)
TIAMINA	Tiamina (mg)
TIROSINA	Tirosina (mg)
TREONINA	Treonina (mg)
TRIPTOFANO	Triptófano (mg)
VALINA	Valina (mg)
VIT_A	Vit. A (ER)
VIT_A_UI	Vit. A (UI)
VIT_B12	Vit. B12 (mcg)
VIT_B6	Vit. B6 (mg)
VIT_C	Vit. C (mg)
VIT_D	Vit. D (mcg)
VIT_D_UI	Vit. D (UI)
VIT_E	Vit E(mcg)
VIT_E_UI	Vit. E (UI)
VIT_K1	Vit. K1 (mcg)
YODO	Yodo (mg)
ZINC	Zinc (mg)

#### Macros

Además de nutrientes, el programa permite obtener información sobre el origen del elemento y realizar cálculos sobre los nutrientes. Las macros definidas por el programa son:

#### Generales

Nombre	Descripción
CAL_CHO	Calorías de carbohidratos.
CAL_GRASAS	Calorías de grasas.
CAL_PROTEINAS	Calorías de proteínas.
CAL_TOTAL	Suma de las calorías de proteínas, grasas y carbohidratos.
CODIGO	Código del alimento.
DESCRIPCION	Descripción del elemento.
FUENTE	Fuente del alimento.
FUENTE_CODIGO	Fuente y código del alimento.
NOMBRE	Nombre del alimento.
NOMBRE_PREPARACION	Muestra del nombre del elemento si es un contenedor, en caso contrar
NOMBRE_ALIMENTO	Muestra el nombre del alimento si el elemento no es un contenedor, en
PESO_BRUTO	Peso bruto.
PESO_NETO	Peso neto.
POR_GRASA_ANIMAL	Porcentaje de grasa animal.
POR_GRASA_VEGETAL	Porcentaje de grasa vegetal.
POR_PROTEINA_ANIMAL	Porcentaje de proteína animal.
POR_PROTEINA_VEGETAL	Porcentaje de proteína vegetal.
PORCION	Porción del elemento.
VCS_CHO	Valor calórico por sumatoria de carbohidratos.
VCS_GRASA_ANIMAL	Valor calórico por sumatoria grasa animal.

VCS_GRASA_VEGETAL	Valor calórico por sumatoria grasa vegetal.
VCS_GRASAS	Valor calórico por sumatoria grasas.
VCS_PROTEINA_ANIMAL	Valor calórico por sumatoria proteína animal.
VCS_PROTEINA_VEGETAL	Valor calórico por sumatoria proteína vegetal.
VCS_PROTEINAS	Valor calórico por sumatoria proteínas.
VCT_CHO	Valor calórico total carbohidratos.
VCT_GRASA_ANIMAL	Valor calórico total por grasa animal.
VCT_GRASA_VEGETAL	Valor calórico total por grasa vegetal.
VCT_GRASAS	Valor calórico total grasas
VCT_PROTEINA_ANIMAL	Valor calórico total proteína animal.
VCT_PROTEINA_VEGETAL	Valor calórico total proteína vegetal.
VCT_PROTEINAS	Valor calórico total proteínas.

#### Precios

Nombre	Descripción
COSTO	Costo del alimento.
FACTOR_CONVERSION	Factor de conversión de la fuente de alimento.
UC_PRECIO	Precio de la unidad de compra del alimento.
UC_PESO_NETO	Peso neto de la unidad de compra del alimento.
UC_FECHA_PRECIO	Fecha del precio de la unidad de compra.

## **Tablas de Composición Química de Alimentos**

MenusPlus tiene en su base de datos la información nutricional de tablas de composición quimica de alimentos reconocidas nacional e internacionalmente.

A continuación se hace referencia a cada una de las bases de datos utilizadas por el programa.

#### **ICBF 2005**

Tabla de composición de alimentos colombianos, 2005.

Instituto Colombia de Bienestar Familiar Primera edición, 2005.

Los nutrientes que contiene esta tabla son:

- Humedad
- Energía
- Proteína
- Lípidos
- Carbohidratos
- Cenizas
- Fibra Dietaria
- Tiamina
- Riboflavina
- Niacina
- Vitamina B6
- Vitamina B12
- Vitamina C
- Folatos Totales
- Vitamina A Equivalentes de Retinol.
- Calcio

- Hierro
- Sodio
- Fósforo
- Yodo
- Flúor.
- Zinc.
- Manganeso
- Magnesio
- Potasio
- Ácido Aspartico
- Treonina
- Serina
- Ácido Glutamico
- Prolina
- Glicina
- Alanina
- Cisteina
- Valina
- Metionina.
- Isoleucina.
- Leucina.
- Tirosina.
- Fenilalanina.
- Histidina
- Lisina.
- Arginina.
- Triptofano.
- Ácido Palmítico.
- Ácido Esteárico.
- Ácido Araquídico.
- Ácido Palmitoléico.
- Ácido Oléico.
- Ácido Eicosaenóico.
- Ácido Docosaenóico.
- Ácido Linoléico.
- Eicosadienóico
- Ácido Linolénico.
- Fructosa
- Galactosa
- Glucosa
- Lactosa
- Sacarosa
- Disacáridos.
- Azúcares disponibles totales
- Azúcares no reductores.
- Azúcares reductores.
- Almidón.
- Amilopectina.
- Amilosa
- Pectina

#### **ICBF 1978**

Tabla de Composición de Alimentos Colombianos.

Instituto Colombia de Bienestar Familiar

Séptima edición, 1996.

Los nutrientes que contiene esta tabla son:

- Parte comestible
- Energia
- Agua
- Proteinas
- Grasa
- Carbohidratos.
- Fibra
- Cenizas
- Calcio
- Fosforo
- Hierro
- Vitamina A U.I
- Tiamina
- Riboflavina
- Niacina
- Acido Ascorbico
- Vitamina A Equivalentes de Retinol.

## USDA SR 17

Composition of Foods Raw, Processed, Prepared. USDA National Nutrient Database for Standar Reference, Release 17

Julio 2004

U.S. Department of Agriculture Agriculture Research Service Beltsville Human Nutrition Research Center Nutrient Data Laboratory

USDA Nutrient Data Laboratory website: htt://www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp

Los nutrientes que contiene esta tabla son:

- Agua.
- Energía.
- Proteína.
- Grasas.
- Cenizas.
- Carbohidratos.
- Fibra Dietaria
- Azúcar Total
- Calcio
- Hierro
- Magnesio
- Fósforo
- Potasio
- Sodio
- Zinc
- Cobre
- Manganeso
- Selecion

- Vitamina C
- Tiamina
- Riboflavina
- NiacinaAcido Pantotenico
- Vitamina B6
- Folato total
- Acido Folico
- Folato de comida
- Folato en equivaletnes de folato
- Vitamina B12
- Vitamina A UI
- Vitamina A ER
- Retinol
- Vit E
- Vit K
- Alfa caroteno
- Beta caroteno
- · Beta cryptoxahthin
- Lycopene
- Lutein mas Zeazanthin
- Acidos grasos saturados
- Acidos grasos monoinsaturados
- Acidos grasos poliinsaturados.
- Colesterol.

### **ICBF 2015**

Tabla de composición de alimentos colombianos (TCAC), 2015.

Instituto Colombia de Bienestar Familiar - ICBF Universidad Nacional de Colombia

#### USDA SR 28 (2015)

Composition of Foods Raw, Processed, Prepared. USDA National Nutrient Database for Standar Reference, Release 28 (2015)

Septiembre 2015

U.S. Department of Agriculture Agriculture Research Service Beltsville Human Nutrition Research Center Nutrient Data Laboratory

U.S. Department of Agriculture website: http://www.ars.usda.gov/ba/bhnrc/ndl

#### **ICBF 2018**

Tabla de composición de alimentos colombianos (TCAC), 2018.

Instituto Colombia de Bienestar Familiar - ICBF Universidad Nacional de Colombia

# Glosario

## Adecuación

La Adecuación es un elemento del menú que muestra el porcentaje de adecuación de cada nutriente con respecto a la recomendación ingresada.

## Alimento personalizado

Un alimento personalizado corresponde a un alimento que no existe en las tablas de composición química o que existe pero se necesita asociar más información como por ejemplo el precio.

En un alimento personalizado se puede definir la siguiente información:

- Nombre
- Descripción
- Grupo de Alimentos
- Costo
- Fuente principal de nutrientes.
- Nutrientes Adicionales.
- Parte Comestible
- Factor Grasa Vegetal
- Factor Grasa Animal.

## Acceptable Macronutrient Distribution Range (AMDR)

*Intervalo Aceptable de Distribución de Macronutrientes*. Es la distribución de macronutrientes asociada a un menor riesgo de padecer enfermedades crónicas, al tiempo que asegura una ingesta suficiente.

## Anotación

La anotación es un elemento del menú que permite ingresar comentarios y por tanto no tiene información nutricional.

Los datos que tiene la anotación son:

- Nombre
- Descripción.

## Contenedor

El contendor es un elemento del menú que contiene otros elementos.

Los elementos que se pueden incluir en un contenedor son:

- Alimentos
- Anotaciones
- Otros Contenedores.

## **Contenedor Tiempo de Comida**

Tiempo de Comida como su nombre lo indica corresponde a

### Factor Grasa Vegetal

El Factor de Grasa Vegetal es un número decimal en un rango de 0 a 1, cuando es es 0 indica que el alimento no tiene grasa vegetal y cuando 1 si toda la grasa del alimento es de origen vegetal.

El Factor de Grasa Vegetal se utiliza en los alimentos estandarizados para calcular automaticamente el
porcentaje de grasa animal y grasa vegetal del animento.

## **Factor Proteína Animal**

El Factor de Proteína Animal es un número decimal en un rango de 0 a 1, donde cero indica que un alimento no tiene proteína animal y un 1 que toda la proteína es de origen animal.

El Factor de Proteína Animal se utiliza en los alimentos estandarizados para calcular el porcentaje de proteína animal y proteína vegetal de un alimento.

## **Fuente de Nutrientes**

Identifica el elemento de la cual se traen los nutrientes, lo cual puede ser una de las tablas como la de ICBF, USDA.

## Recomendación

La Recomendación se define como la recomendación de un menú para cada uno de los nutrientes.

En MenusPlus la recomendación se puede ver en el módulo de Gestión de Menús y en el módulo de Menú Actual.