



MenusPlus 8 - Manual de Usuario

Comunidad Web Ltda

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
Trabaje con alimentos personalizados y costo del menú	8
Exportar a excel los menús de un proyecto	8
Copias de seguridad	8
Busque alimentos y modifíquelos fácilmente	8
Análisis con gráfico nutricional	9
Visualizar varios proyectos de menús	9
Actualización en línea	9
Importar menús desde un archivo Excel	9
Importar alimentos desde un archivo de Excel	9
Soporte Técnico	9
Características	10
Alimentos	10
Alimentos personalizados	10
Preparaciones personalizadas	10
Grupos de personas	10
Generar reportes	10
Nutrientes disponibles	10
Ciclo de menús	11
Herramientas	11
Versiones de MenusPlus	11
¿Qué hay de nuevo en MenusPlus 8?	12
¿Cómo comprar MenusPlus?	16
Descripción de la interfaz de usuario	16
Barra de opciones	17
Archivo	17
Inicio	18
Nuevo proyecto	18
Configuración	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 Proyecto	33
Abrir Proyecto	34
Guardar Proyecto	35
Guardar Proyecto como	35
Realizando Copias de Seguridad	36
Restaurando Copias de Seguridad	37
Abriendo Proyectos 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 Abajo	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 [Usando MenusPlus](#) 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 [Descargar en este enlace](#).
- 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 menú

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. Únicamente 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: suporte@comunidadweb.com
- Teléfono: (57) 305-3500000
- Dirección: Calle 73 72 - 38 oficina 202.
- Ciudad: Bogotá (Colombia)

- Sitio Web: <https://www.menusplus.net/>

Características

Las características más destacadas de MenuPlus 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.**

Preparaciones 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 (hipoglucida, 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 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

- [MenusPlus Personal](#): Esta versión es completamente libre para uso personal unicamente.
- [MenusPlus Profesional](#): Versión licenciada completamente funcional.
- [MenusPlus Empresarial](#): 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:
 - Colombianos (TCAC) 2018, 2015, 2005 y 1978.
 - 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 menú 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 proyecto:** 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.
 - Copiar, cortar pegar.
 - Borrar
 - Modificar.
 - Subir, bajar, mover izquierda, mover derecha.
 - 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 <https://www.menusplus.net/Inicio/#precios>

Descripción de la interfaz de usuario

The screenshot displays the MenusPlus software interface for editing a menu. The main window is titled 'Dieta infantil.mns - MenusPlus' and shows a project named 'DIETA INFANTIL 1'. The central table lists menu items and their nutritional values:

Elemento	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)
DIETA INFANTIL 1	1149	1798,93	67,072	85,417	195,368	833,37
DESAYUNO	293	412,45	15,71	26,32	28,66	293,81
HUEVO REVUELTO	58	152,22	6,40	13,75	0,35	27,00
Huevo entero	50	81,50	6,40	5,75	0,35	27,00
Aceites	8	70,72		8,00		
AREPA	35	60,55	1,44	0,18	13,06	1,05
Arepa redonda	35	60,55	1,44	0,18	13,06	1,05
MANTEQUILLA	8	58,56	0,10	6,58	0,07	1,76
Mantequilla	8	58,56	0,10	6,58	0,07	1,76
MILLO	192	141,12	7,78	5,82	15,18	264,00
Milo	12	51,12	1,66	1,32	8,16	48,00
Leche de Vaca - Pasteurizada	180	90,00	6,12	4,50	7,02	216,00
Leche al 100%						
MEDIA MAÑANA	165	207,45	5,90	7,62	30,30	202,20
YOGURT	150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50
Yogurt	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
Galletas	15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70
ALMUERZO	313	541,51	21,25	23,98	60,69	70,41
SOPA DE PASTA	31	69,18	3,99	1,77	9,17	8,06

The right sidebar contains an 'Inspector' panel for 'DIETA INFANTIL 1' with fields for 'Nombre', 'Descripción', 'Peso cocido (g)', 'Porción', 'Medida porción', 'Costo', and 'Características'. It also includes a 'Distribución calórica' chart showing percentages for proteins, fats, and carbohydrates.

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:
 - Aportes del menú: Muestra los aportes y la recomendación del menú seleccionado.
 - Buscar: Permite buscar elementos en el proyecto.
 - 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.
 - 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 frecuentes 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 inferior 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.
 - Personalizar todos los alimentos del menú actual.
 - Personalizar todos los alimentos del proyecto.
 - 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 menú 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.
 - **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:
 - **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.
 - **Menú Ingesta:** Agrega un menú de ingesta a la visita (únicamente en historias nutricionales).
 - **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.



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.

Aportes del menú

Aportes por: **DIETA INFANTIL 1**

Recomendaciones por: Menú

Nutriente	Aporte nutricional	Mínimo recomendado	Máximo recomendado	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%	
Carbohidratos Totales(g)	195,368 90,3% ▼ 20,...	216,25	0	
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	1 521			

Distribución calórica de aportes

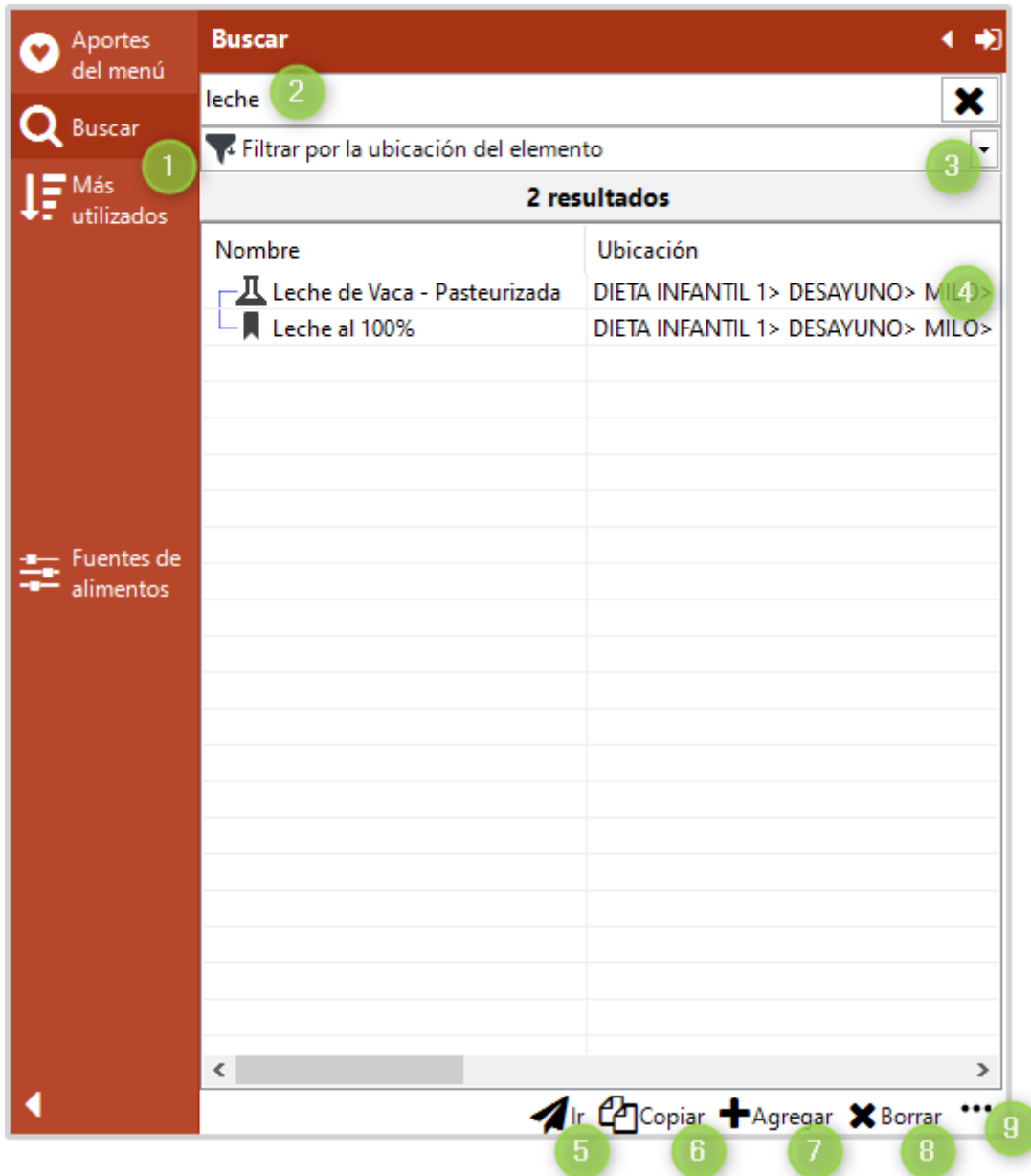
- 14,75 % de proteínas,
- 42,27 % de grasas y
- 42,97 % de carbohidratos.

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

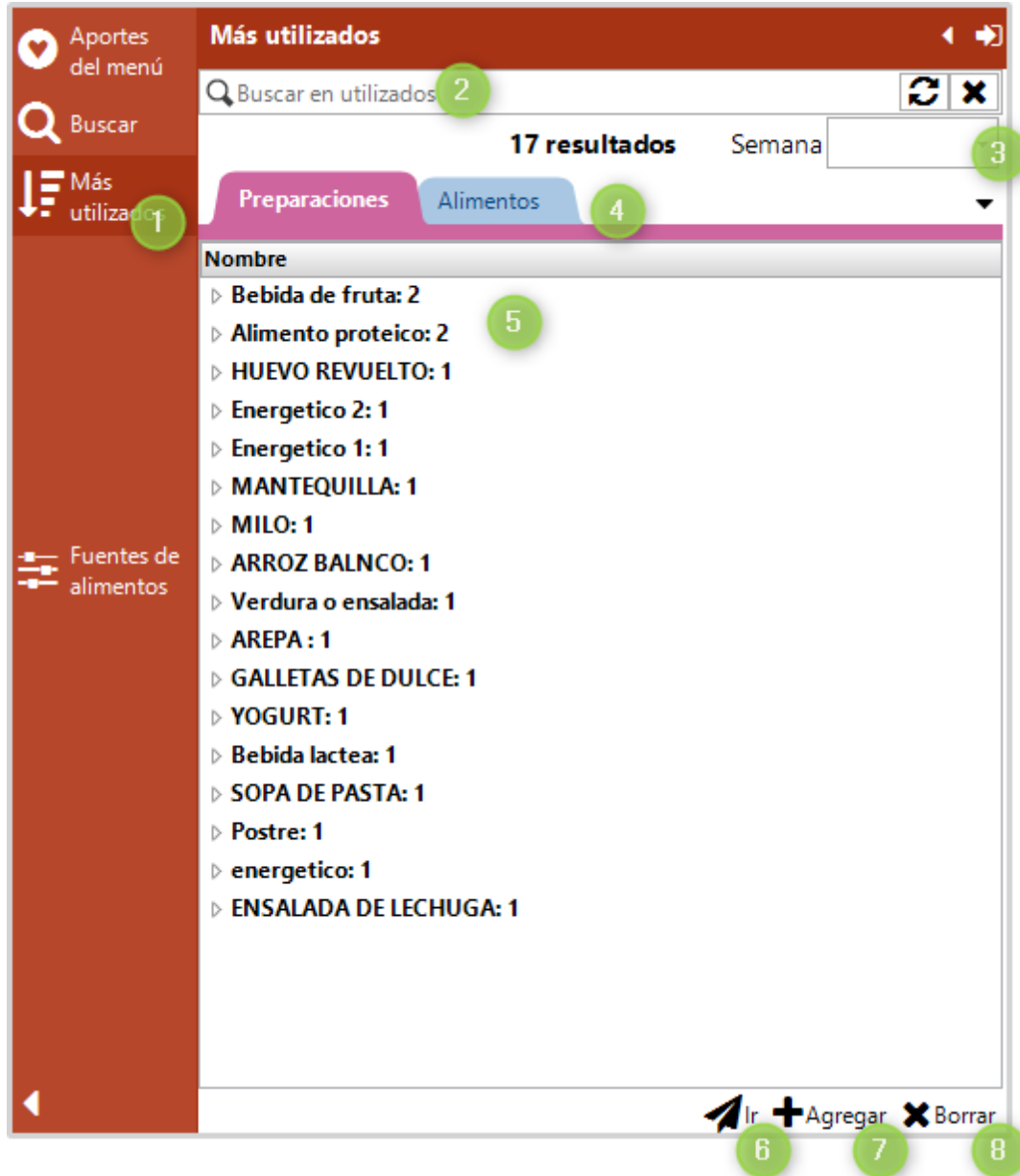
Permite buscar elementos en el proyecto.



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.

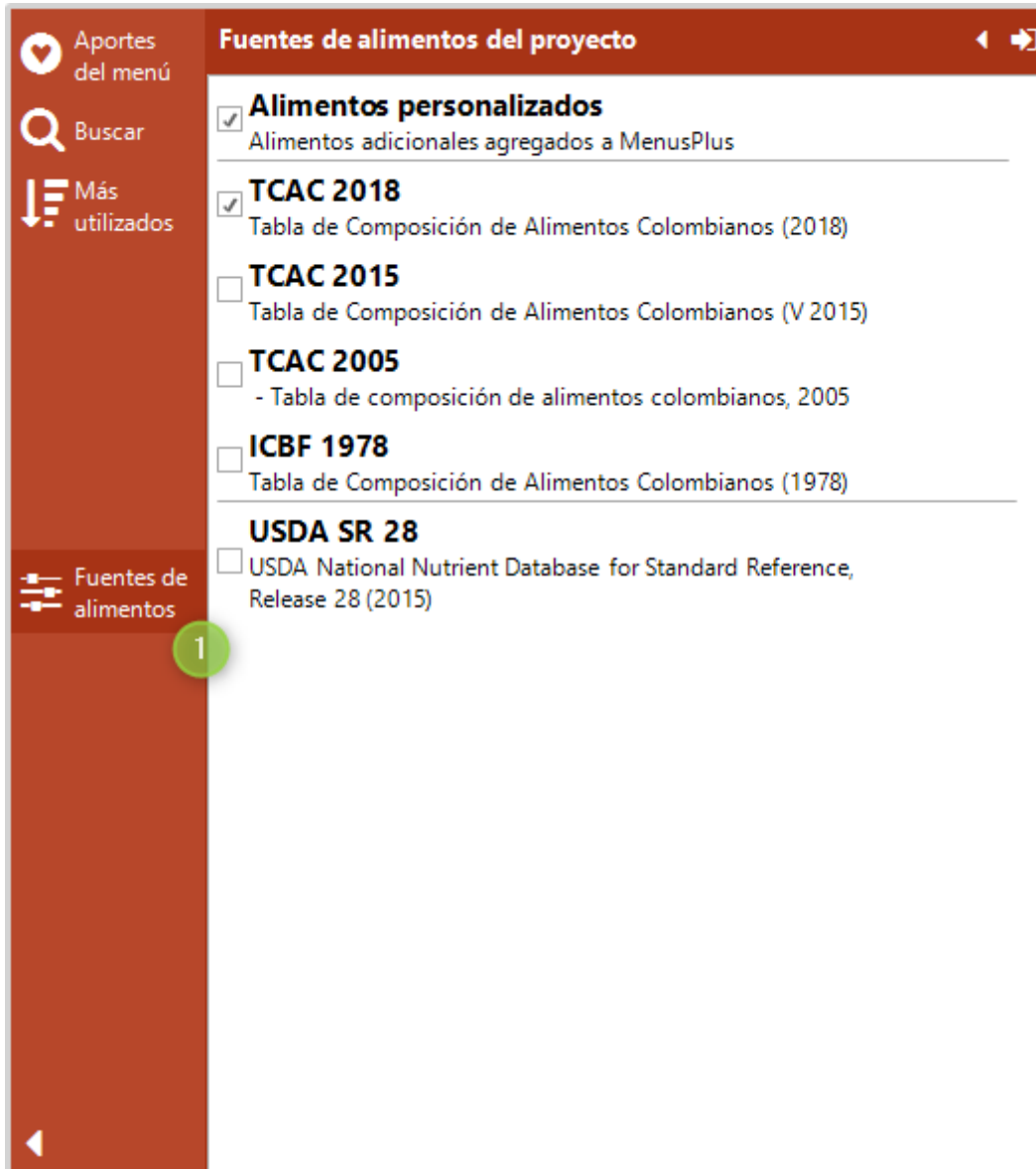
Panel Más utilizados



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.

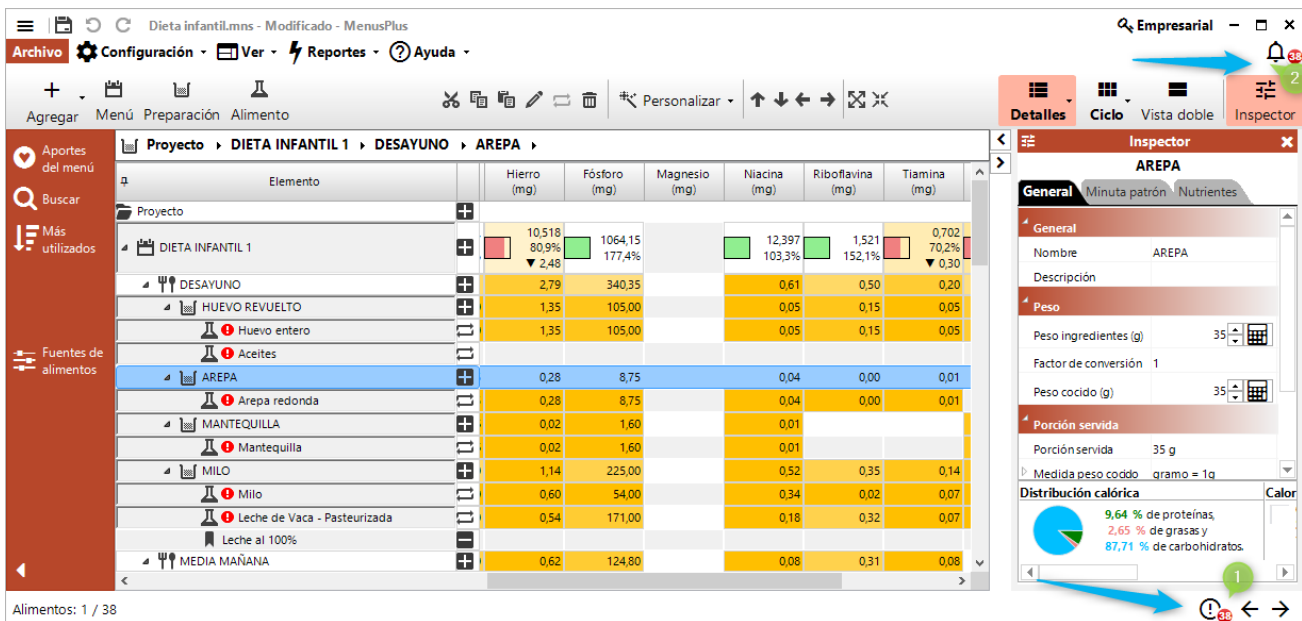


1. **Contar elementos:** Muestra una ventana que tiene las cantidades por tipo elemento que tiene el elemento seleccionado.
2. **Problemas de diseño:** Muestra el panel de problemas de diseño. Los problemas de diseño pueden ser por ejemplo alimentos repetidos o preparaciones mal ubicadas en los menús.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



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

Dieta infantil.mns - Modificado - MenusPlus

Archivo Configuración Ver Reportes Ayuda

Agregar Menú Preparación Alimento

Proyecto > DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > AREPA

Elemento	Hierro (mg)	Fósforo (mg)	Magnesio (mg)	Niacina (mg)	Riboflavina (mg)	Tiamina (mg)	Vitamina A (ER)
Proyecto							
DIETA INFANTIL 1	10,518 80,9% ▼ 2,46	1064,15 177,4%		12,397 103,3%	1,521 152,1%	0,702 70,2% ▼ 0,30	404 69,8 ▼ 175
DESAYUNO	2,79	340,35		0,61	0,50	0,20	313
HUEVO REVUELTO	1,35	105,00		0,05	0,15	0,05	132
Huevo entero	1,35	105,00		0,05	0,15	0,05	132
AREPA	0,28	8,75		0,04	0,00	0,01	
Arepa redonda	0,28	8,75		0,04	0,00	0,01	

Problemas de diseño

Descripción	Ubicación
Error de tabla de alimentos, el alimento utiliza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > HUEVO REVUELTO > Huevo entero
Error de tabla de alimentos, el alimento utiliza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > HUEVO REVUELTO > Aceites
Error de tabla de alimentos, el alimento utiliza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > AREPA > Arepa redonda
Error de tabla de alimentos, el alimento utiliza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > MANTEQUILLA > Mantequilla
Error de tabla de alimentos, el alimento utiliza la tabla 'ICBF 1978'	DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > MILO > Milo

Alimentos: 1 / 38

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:

Proyecto > DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > HUEVO REVUELTO > Huevo entero

Elemento	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)
Proyecto						
DIETA INFANTIL 1	1149	1798,93 104,0% ▲ 68,93	67,072 155,1%	85,417 177,7%	195,368 90,3% ▼ 20,88	833
DESAYUNO	293	412,45	15,71	26,32	28,66	293
HUEVO REVUELTO	58	152,22	6,40	13,75	0,35	27
Huevo entero	50	81,50	6,40	5,75	0,35	27
Aceites	8	70,72		8,00		
AREPA	Error de tabla de alimentos, el alimento utiliza la tabla 'ICBF 1978'		1,44	0,18	13,06	1
Arepa redonda	35	60,55	1,44	0,18	13,06	1
MANTEQUILLA	8	58,56	0,10	6,58	0,07	1
Mantequilla	8	58,56	0,10	6,58	0,07	1
MILO	192	141,12	7,78	5,82	15,18	264
Milo	12	51,12	1,66	1,32	8,16	48
Leche de Vaca - Pasteurizada	180	90,00	6,12	4,50	7,02	216
Leche al 100%						

Inspector

Huevo entero

General Minuta patrón Nutrientes

General

Nombre Huevo entero

Descripción

Peso

Porción Bruta 55,555 g

Peso bruto (g) 55,555

Peso neto (g) 50

Cocción Ninguno / 1x

Peso cocido (g) 50

Porción servida

Información

Costo \$ 0,00

Tabla de alimentos ICBF 1978 - 94

Alimento fuente Huevo entero

Distribución calórica

32,51 % de proteínas
65,71 % de grasas y
1,78 % de carbohidratos.

¿Cómo activar MenusPlus Profesional o Empresarial?

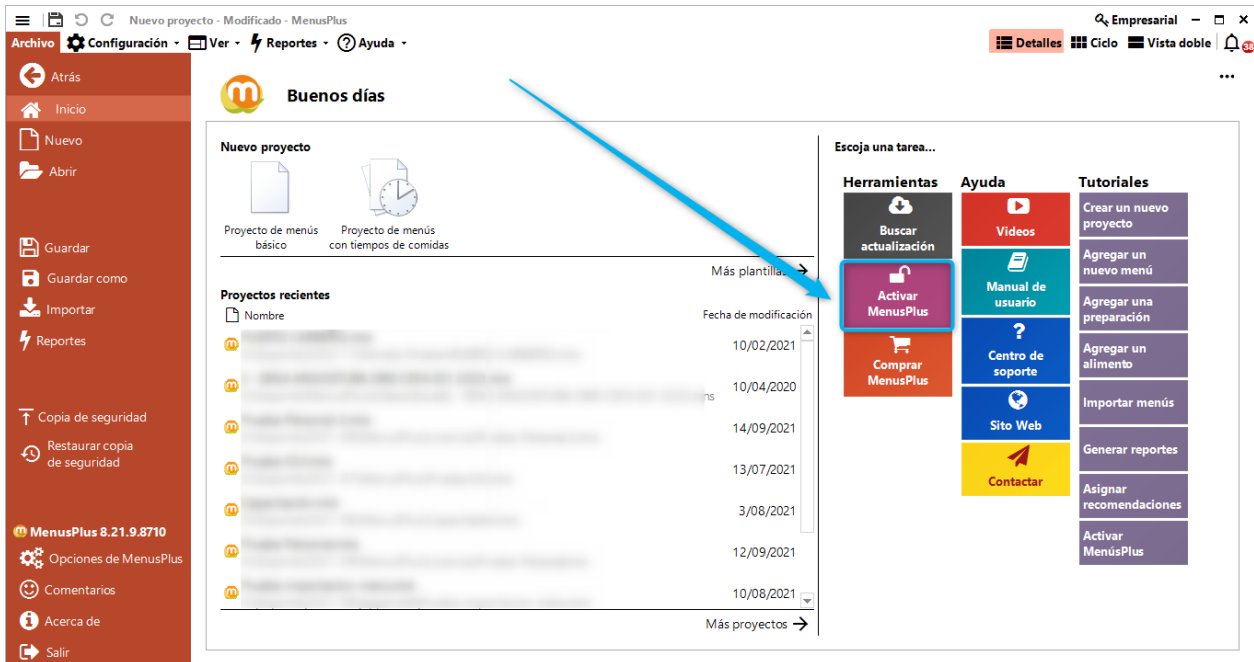
Cuando se compra una licencia usted recibirá una clave de licencia por correo electrónico.

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**"



- 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

Estado de la licencia

ID del ordenador

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

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:

Estado de Licencia:

ID de equipo:

Botones: Cargar Licencia, Guardar Licencia, Desinstalar Licencia, Cerrar, **Instalar**

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 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:

Estado de la licencia:

ID del ordenador:

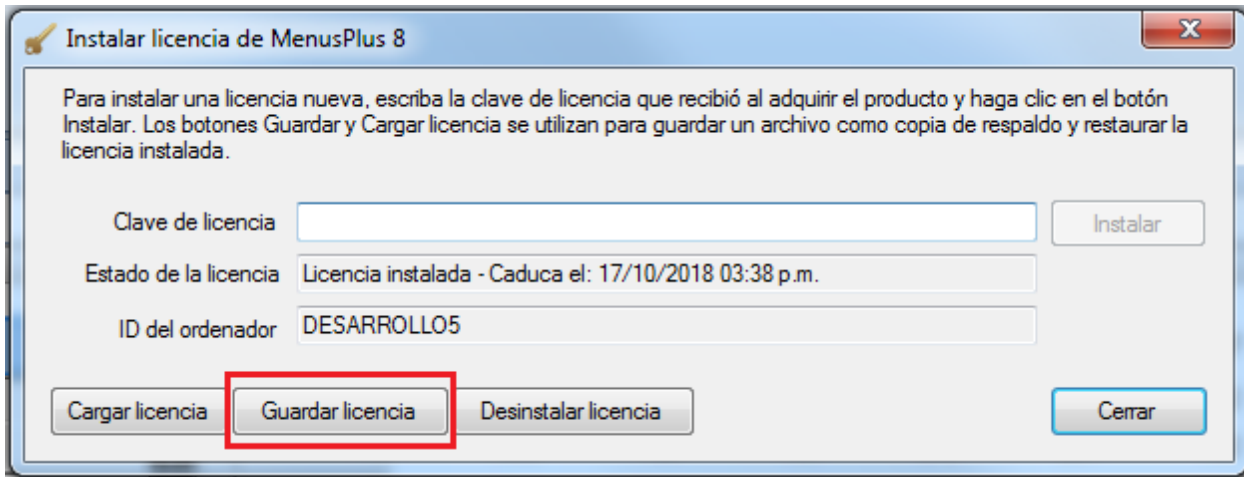
Botones: Cargar licencia, Guardar licencia, Desinstalar licencia, Cerrar, Instalar

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

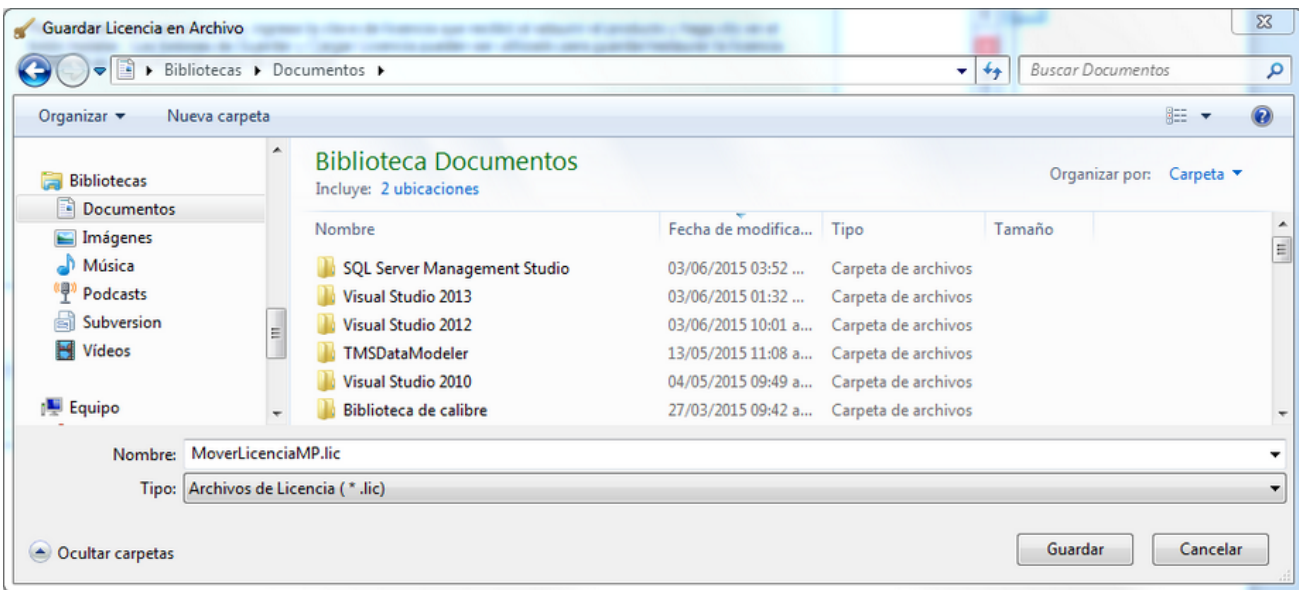
Mover Licencia

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

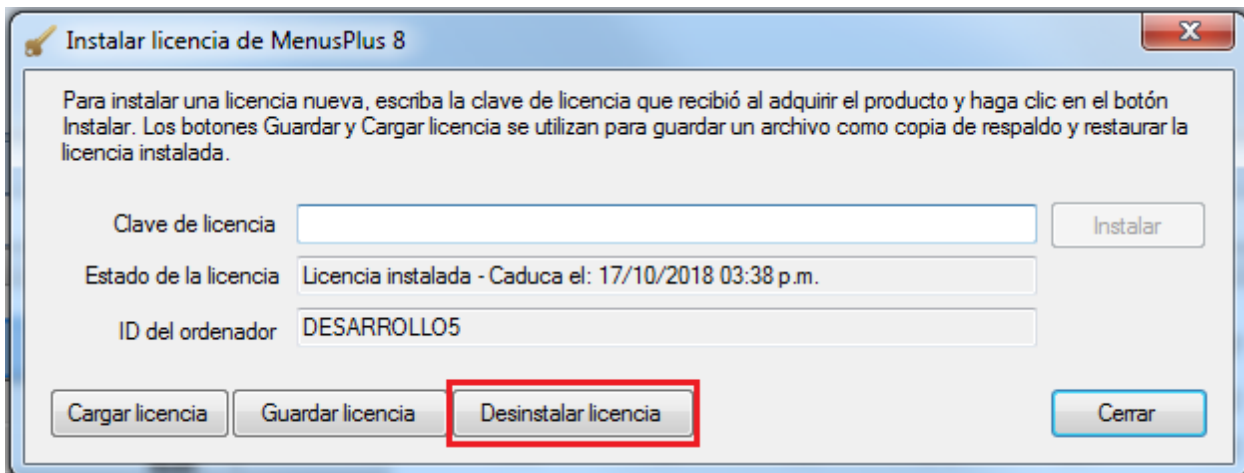
En el formulario de Instalar Licencia (**Archivo > Inicio > Activar MenusPlus**) se debe seleccionar la opción "Guardar Licencia":



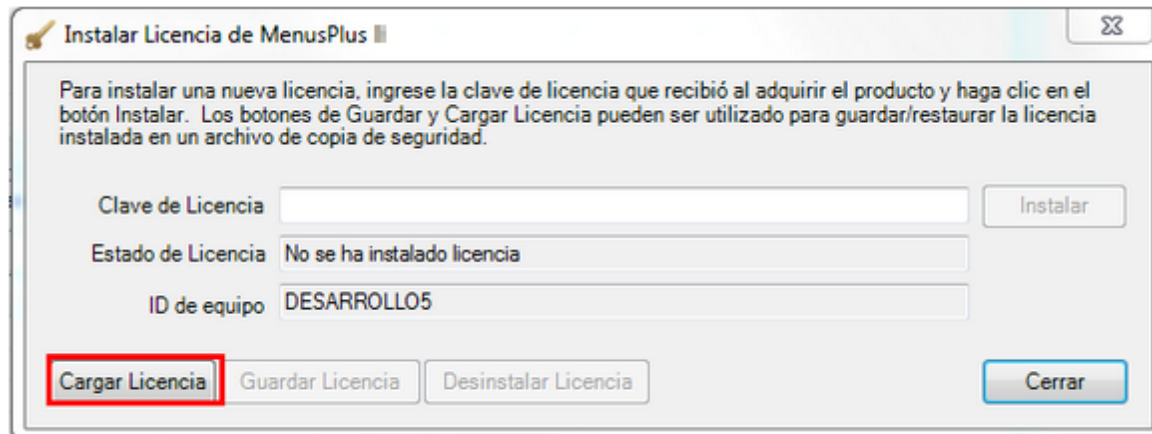
Se selecciona la ubicación y se guarda la licencia



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



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



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

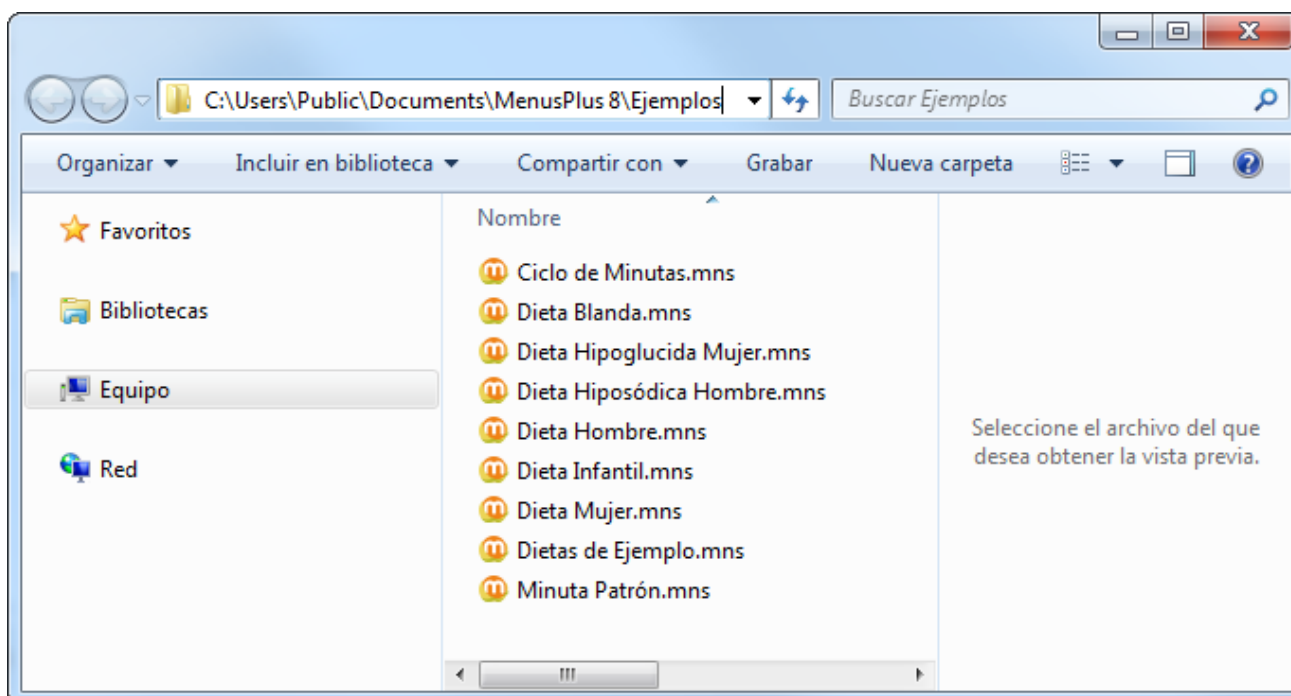
Usando MenuPlus

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

Proyectos de Menús

MenuPlus trabaja con un proyecto de Menús. Un proyecto de menú 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:



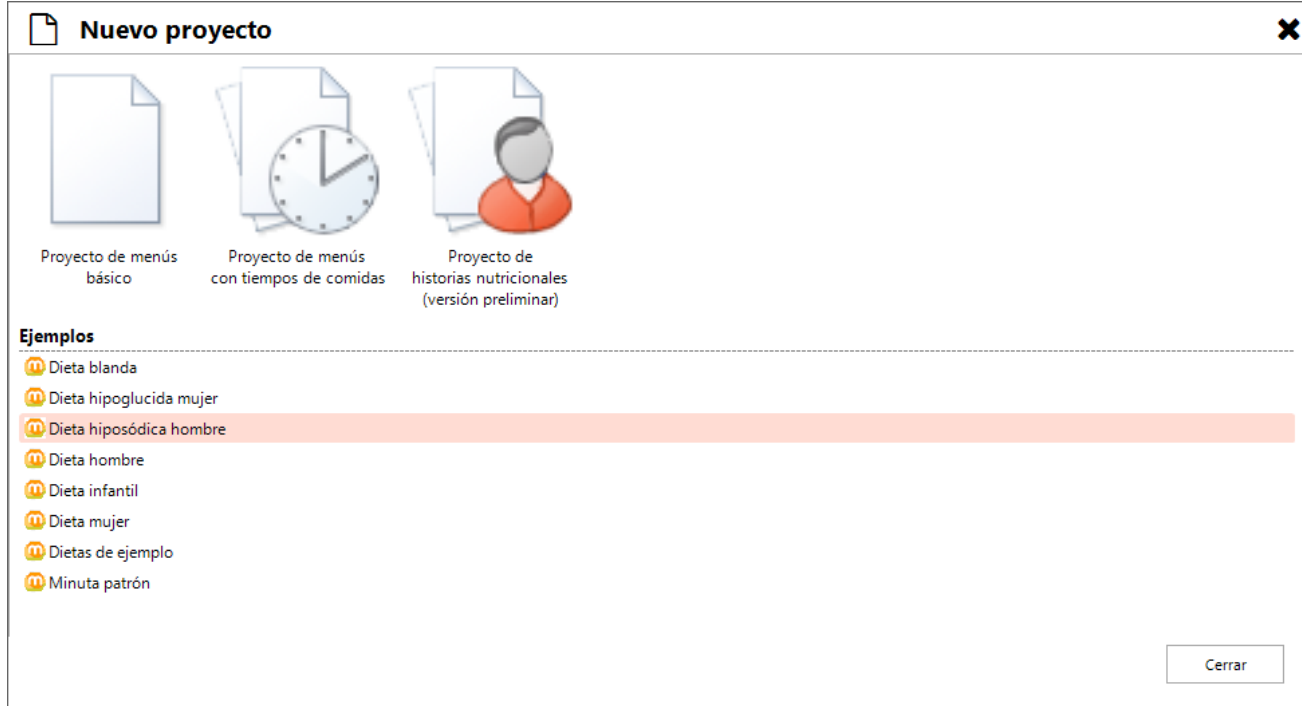
De manera similar a otros tipos de archivos, como por ejemplo Excel, al dar doble clic sobre el archivo o proyecto, se abre MenusPlus cargando su contenido.

Otra de las funcionalidades de MenusPlus es que permite abrir varios proyectos en diferentes ejecuciones de MenusPlus en la misma máquina, permitiendo además 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**":

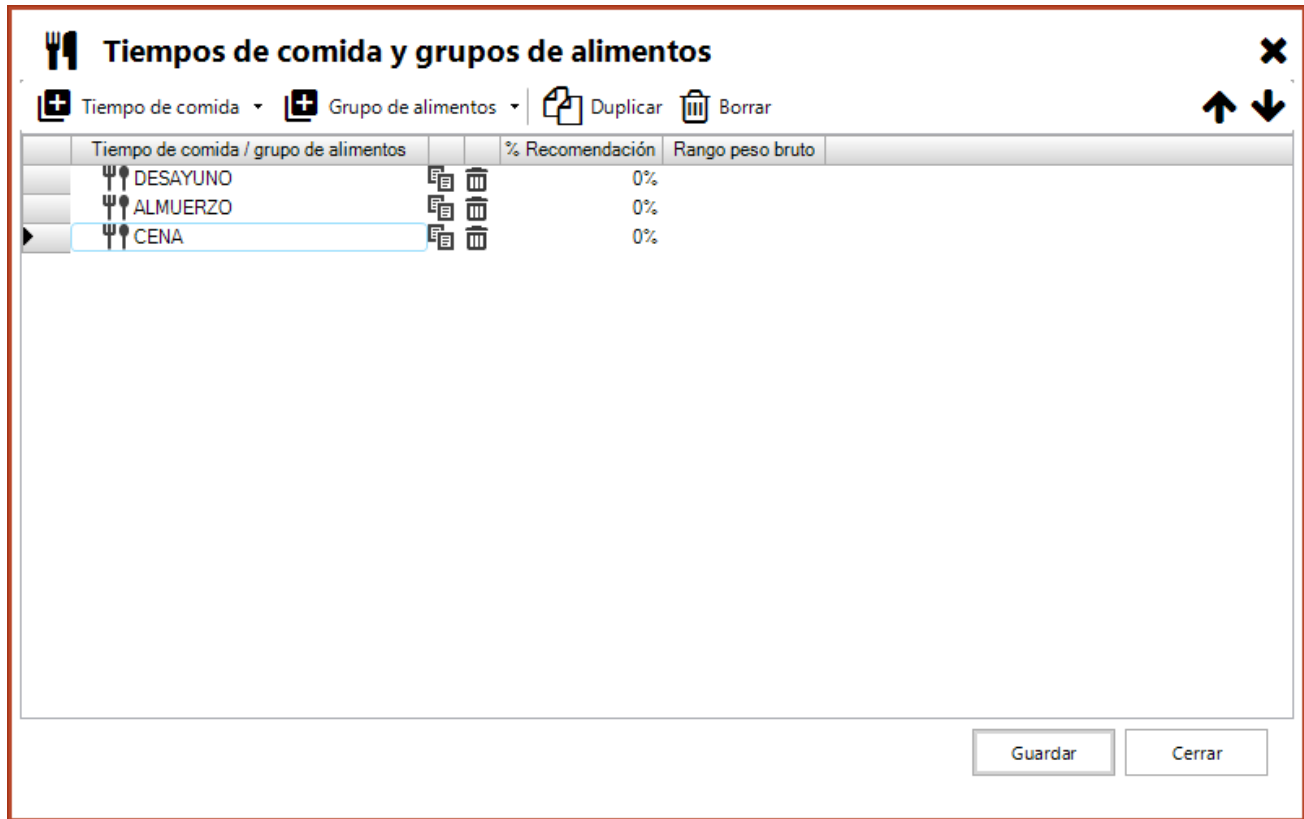
- Se selecciona la opción "Menús con tiempos de comidas"



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



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.

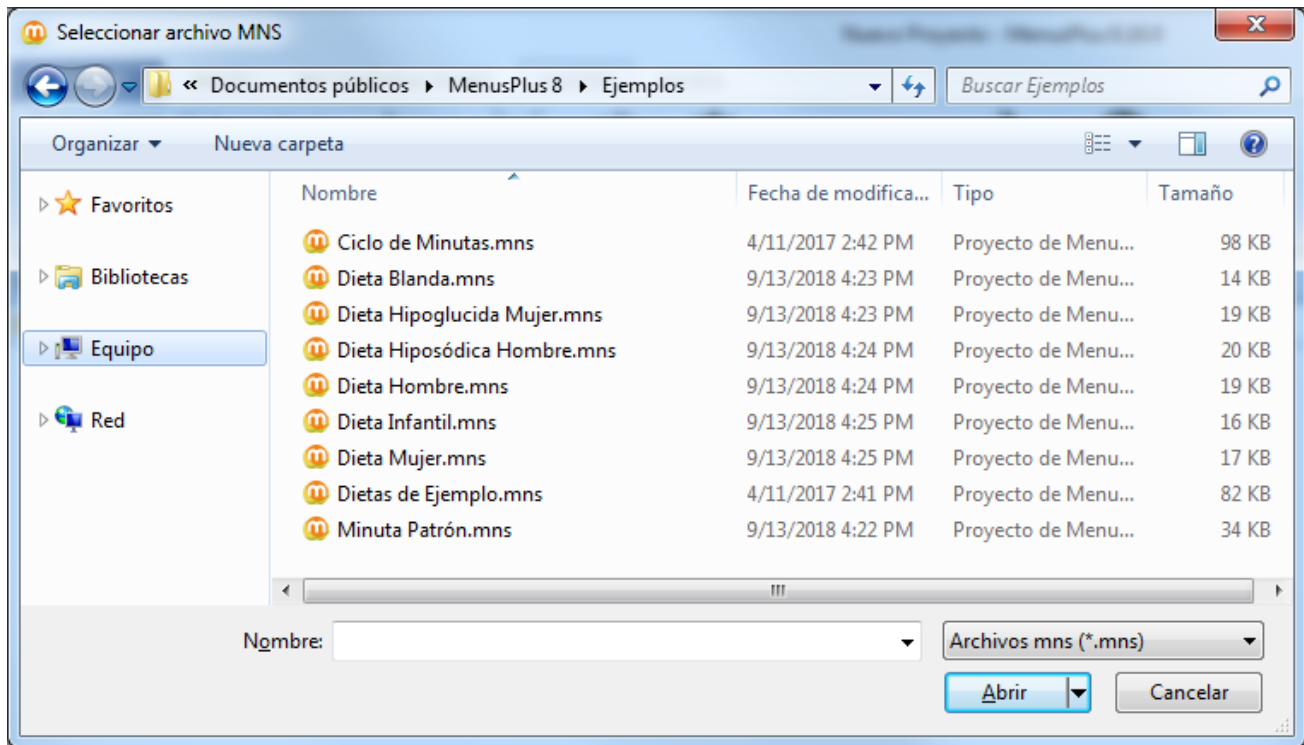
El programa tiene varios ejemplos de tiempos de comidas pero se pueden agregar otros al proyecto.

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:



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

Guardar Proyecto

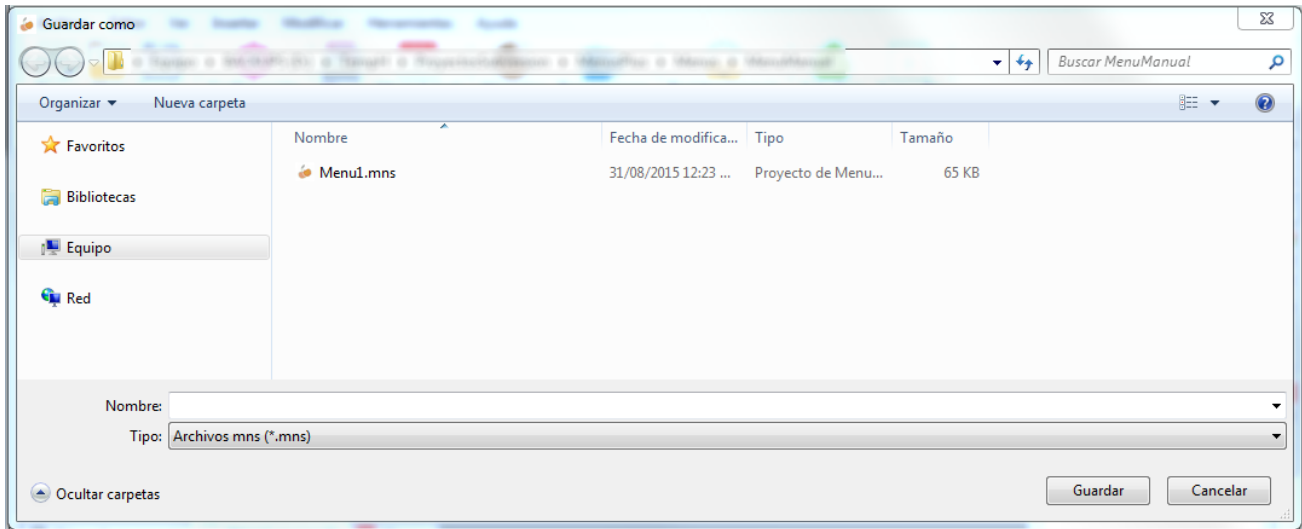
Para guardar un proyecto se tienen las siguientes dos opciones:

- 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:

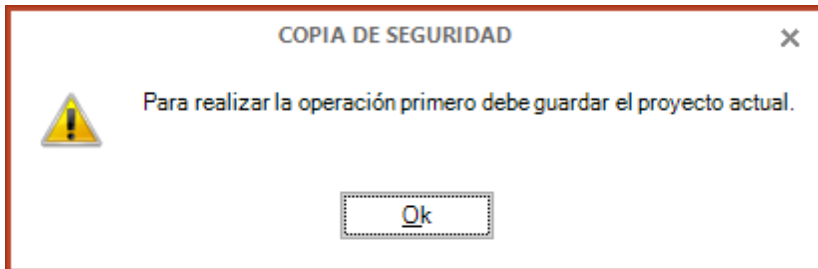


En esta ventana se selecciona la ubicación y se ingresa el nombre con el cual se quiere guardar el proyecto, finalmente se da clic en la opción "Guardar".

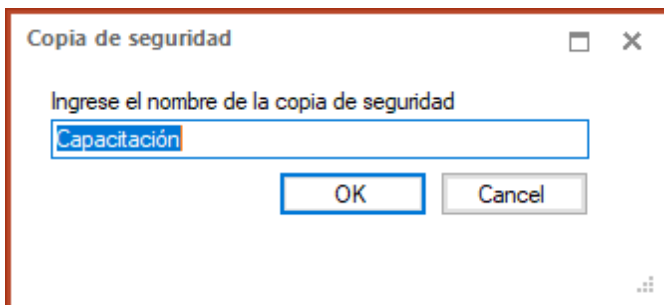
Realizando Copias de Seguridad

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:

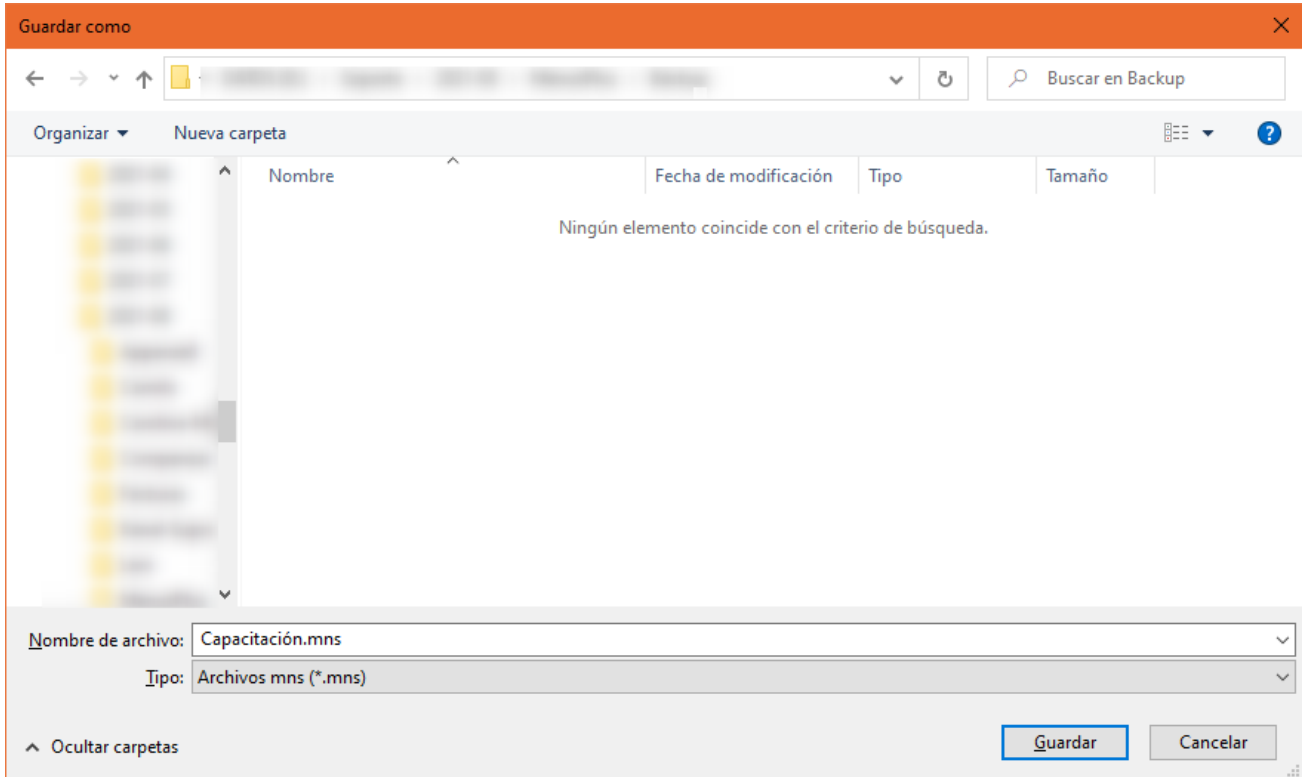


Al guardar los cambios y repetir la acción se muestra el siguiente formulario:

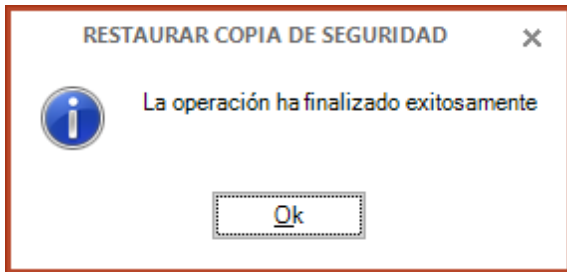


En este formulario se ingresa el nombre que se le quiere dar a la copia de seguridad del proyecto y se da clic en la opción "OK". Si la operación fue exitosa, se muestra el siguiente mensaje:

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:

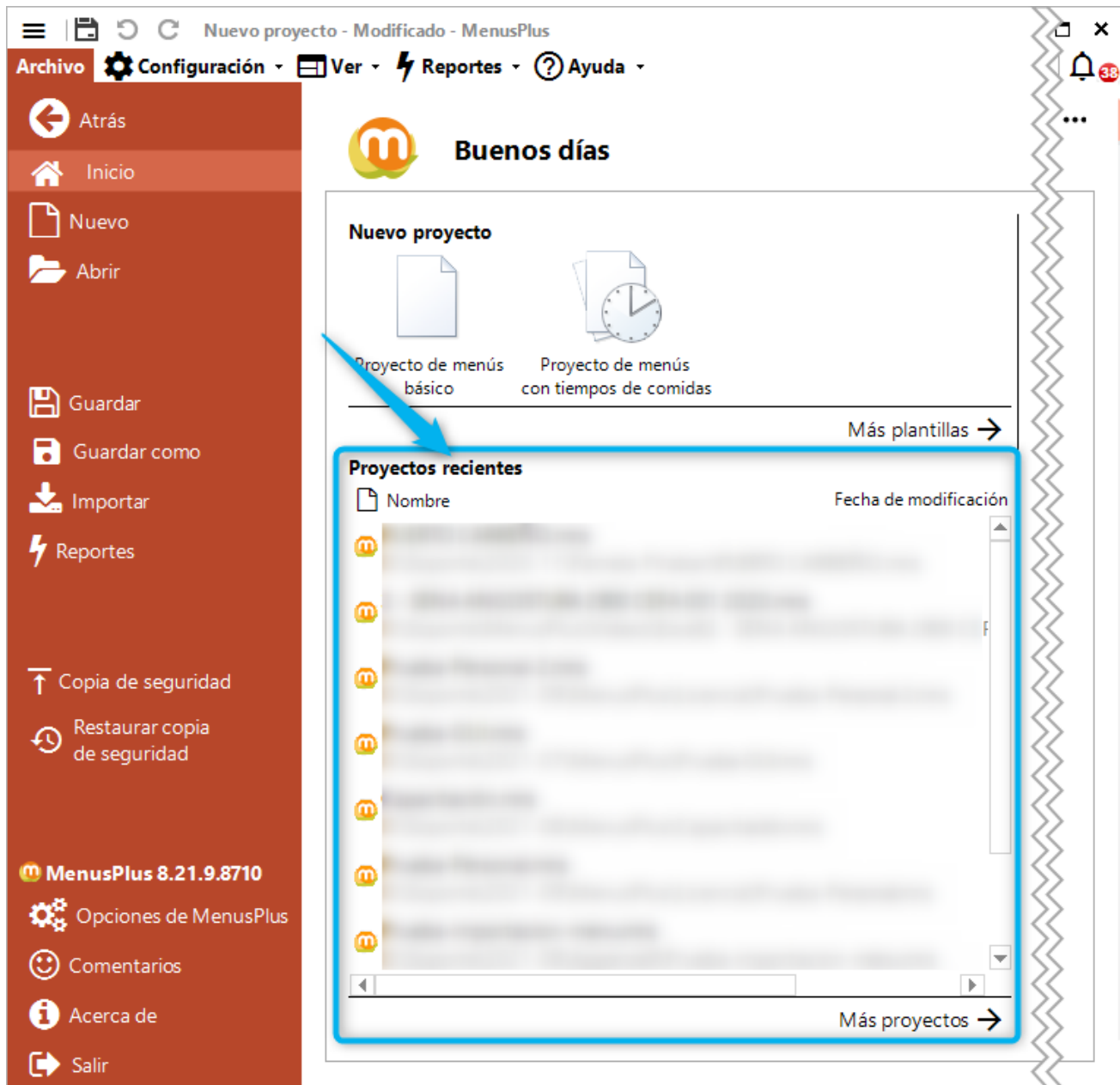


Al dar clic en la opción "Ok", el sistema carga el proyecto que se acaba de guardar.

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**":

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.
2. **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:

The screenshot shows the MenusPlus 8 interface with the following components:

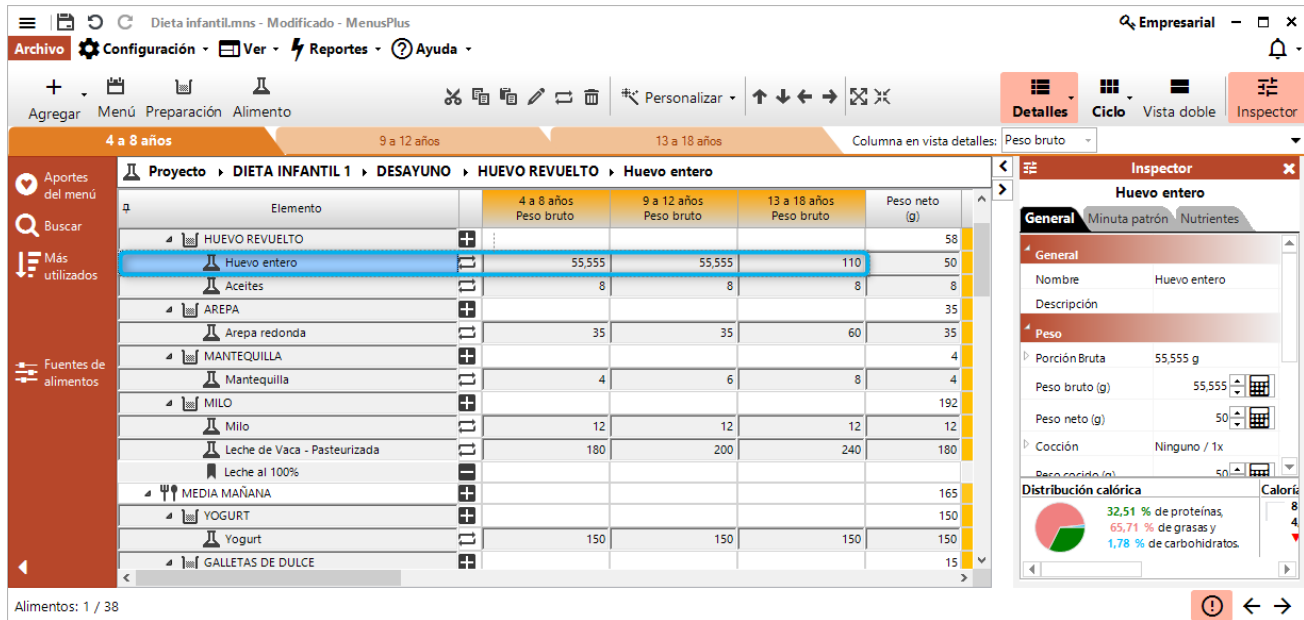
- Top Bar:** Includes menu options like 'Archivo', 'Configuración', 'Ver', 'Reportes', and 'Ayuda'. It also shows the current project name 'Dieta infantil.mns - Modificado - MenusPlus' and a search icon.
- Navigation:** Tabs for age groups: '4 a 8 años', '9 a 12 años', and '13 a 18 años'. A dropdown menu for 'Columna en vista detalles' is set to 'No'.
- Main Table:** A table showing nutritional data for 'AREPA' and its components. The table has columns for 'Elemento', 'Hierro (mg)', 'Fósforo (mg)', 'Magnesio (mg)', 'Niacina (mg)', 'Riboflavina (mg)', and 'Tiamina (mg)'. The 'AREPA' row is highlighted in blue.
- Inspector Panel:** A panel on the right titled 'Inspector' for 'AREPA'. It shows general information like 'Nombre: AREPA' and 'Descripción'. It also displays 'Peso' (Peso ingredientes, Peso cocido) and 'Distribución calórica' (9.64% de proteínas, 2.65% de grasas, 87.71% de carbohidratos).

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:

This screenshot shows a different view of the software interface. A red arrow points to the 'Columna en vista detalles' dropdown menu, which is now open and showing options: 'No', 'Peso neto', 'Peso bruto', 'Peso cocido', 'Porción', and 'Cantidad'. The table below has columns for 'Elemento', 'Peso neto (g)', 'Calorías (Kcal)', 'Proteínas (g)', 'Grasas (g)', 'Carbohidratos Totales(g)', 'Calcio (mg)', 'Hierro (mg)', and 'Fósforo (mg)'. The 'DIETA INFANTIL 1' row is highlighted in blue.

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;



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

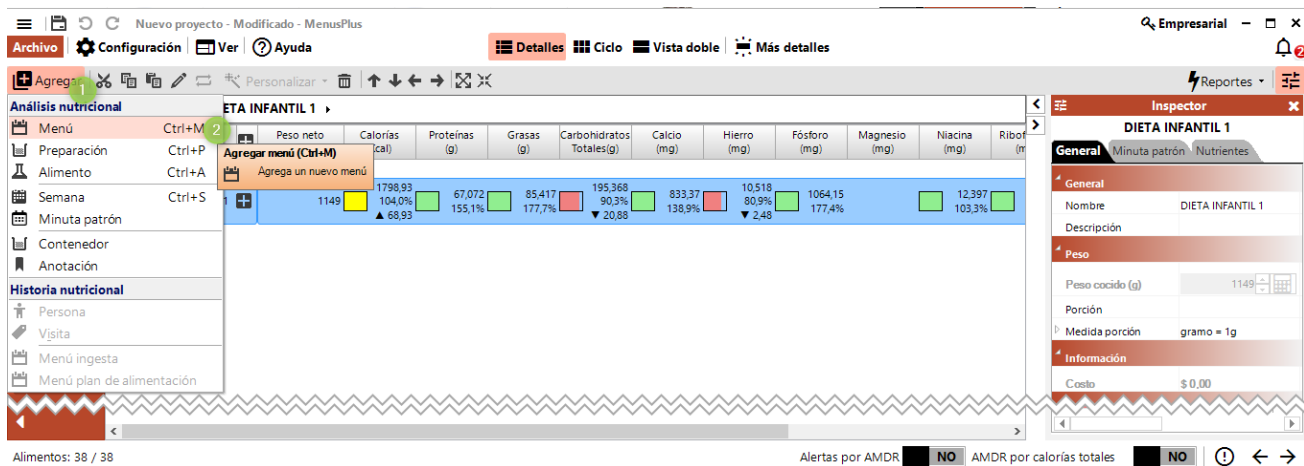
Gestión de Menús

Operaciones

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

Agregando menús

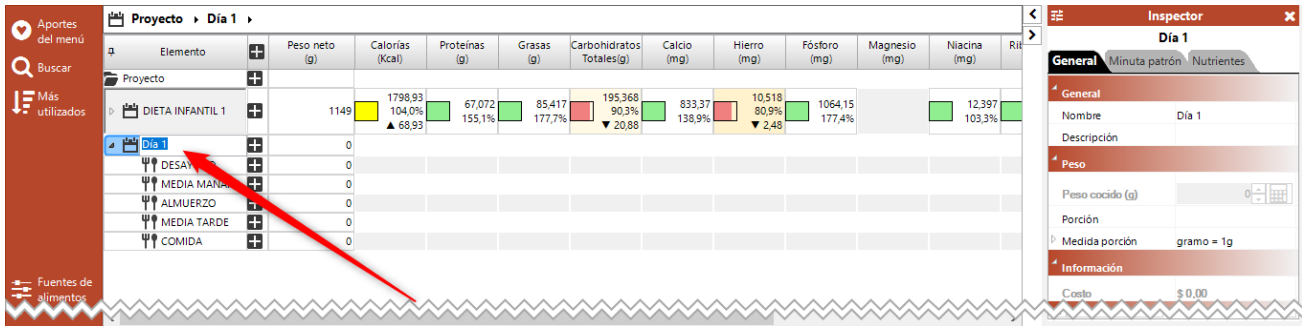
Para agregar un menú se debe seleccionar en la barra de herramientas la opción "Agregar" (1) y dar clic en "Menú".



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

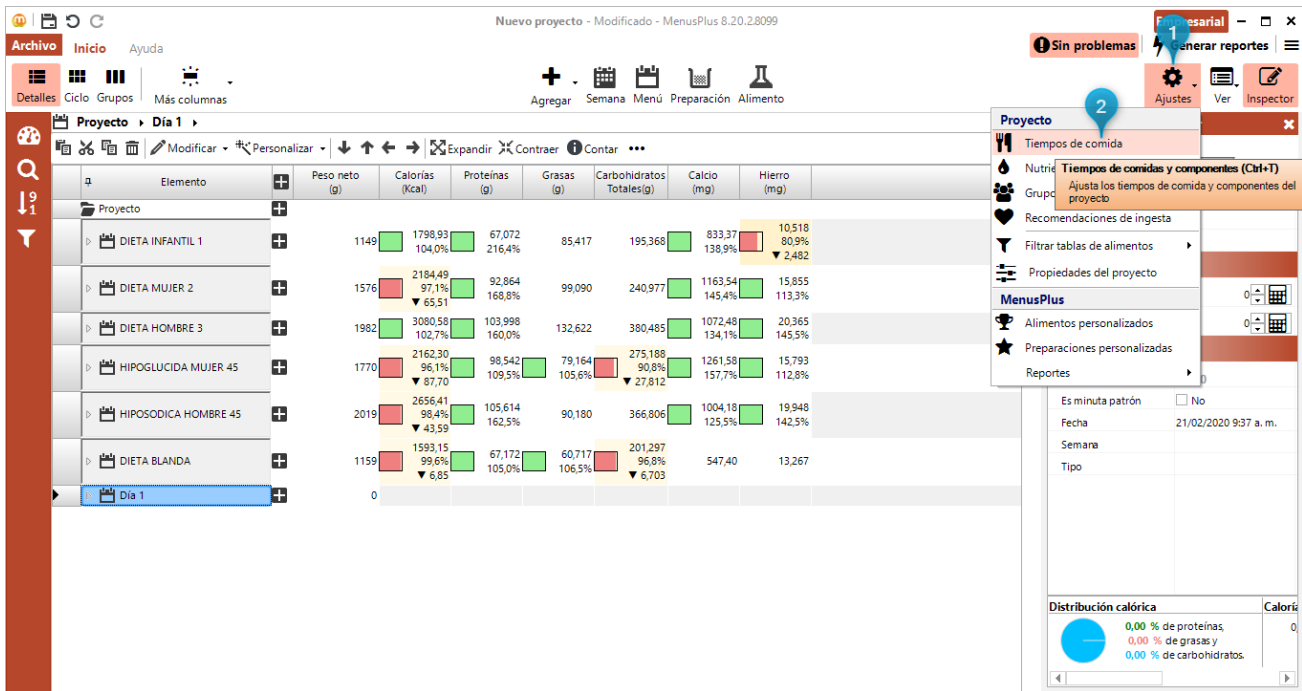
Nota: Se pueden agregar un menú con el método abreviado **CTRL+M**.

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

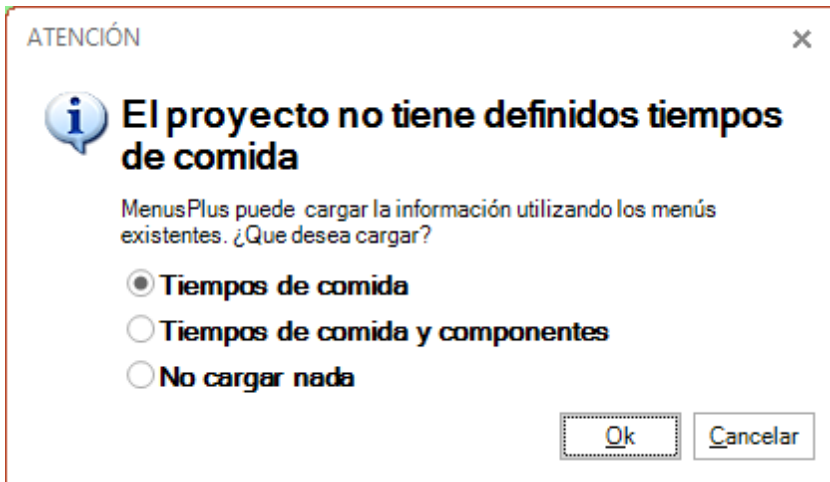


Agregando tiempos de comida, grupos de alimentos

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



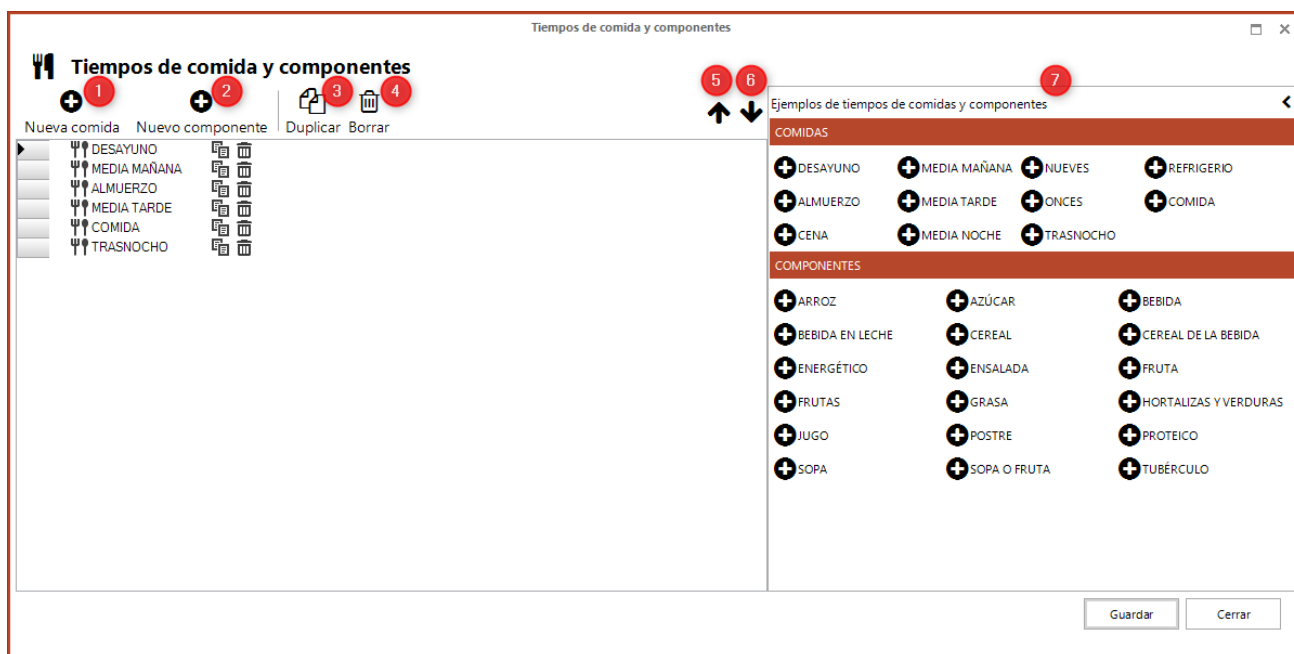
Cuando se selecciona la opción "Tiempos de Comida" se muestra el siguiente formulario:



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.

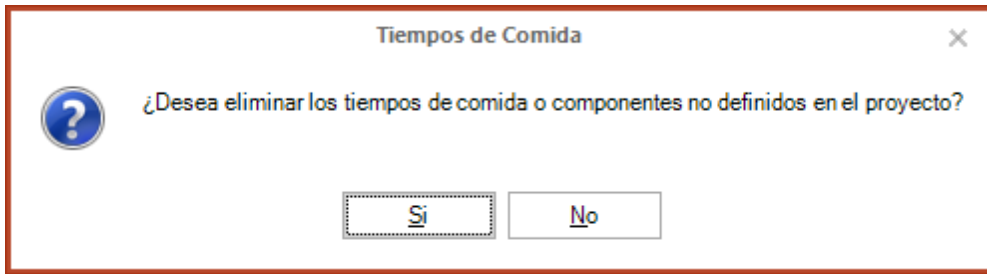
Al seleccionar la respectiva operación y dar clic en Ok el formulario que se muestra, para el ejemplo que se está abordando, es el siguiente:



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

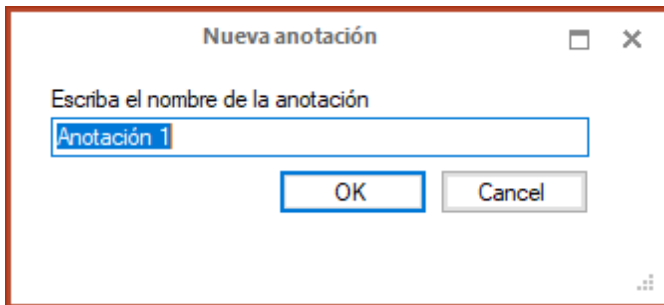


Si se selecciona la opción "Si" el sistema elimina los tiempos de comida y/o componentes existentes en el proyecto pero que no están definidos la estructura de tiempos de comidas y componentes.

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:



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

Agregando alimentos

Elemento	Peso neto (g)	Cal (K)
YOGURT	150	
Yogurt	150	
GALLETAS DE DULCE	15	
Galletas	15	
ALMUERZO	313	
SOPA DE PASTA	31	
Pastas alimenticias macarrones, espaguet...	8	
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	

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

+ Agregar alimento

1 Agregar en **DIETA INFANTIL 1 > ALMUERZO > SOPA DE PASTA**

2 Buscar por nombre, código o grupo de alimentos

3 Fuentes de alimentos

4 Más utilizados

5 Crear alimento personalizado

Sin resultados

6 Seleccionar fuentes

7 Alimentos personalizados TCAC 2018 TCAC 2015 TCAC 2005 TCAC 1978 USDA SR 18

Nombre	Tabla	Código	Descripción	Grupo	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidrat... Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)
8										

9 Modificar

10 Borrar

11 Guardar

12 Guardar y agregar más

13 Cerrar

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 sería 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

The screenshot shows the MenusPlus application window titled "Dieta infantil.mns - MenusPlus". The menu bar includes "Archivo", "Configuración", "Ver", "Reportes", and "Ayuda". The toolbar contains icons for "Agregar", "Menú", "Preparación", "Alimento", and other functions. A red circle '1' highlights the "Cambiar alimento" icon (a fork and knife) in the toolbar. The main window displays a tree view of the menu structure: "Proyecto" > "DIETA INFANTIL 1" > "DESAYUNO" > "HUEVO REVUELTO". Below this is a table with columns for "Elemento", "Peso neto (g)", and "Ca (t)". The "Aceites" item is highlighted in blue, and a red circle '2' points to it.

Elemento	Peso neto (g)	Ca (t)
Proyecto		
DIETA INFANTIL 1	1149	
DESAYUNO	293	
HUEVO REVUELTO	58	
Huevo entero	50	
Aceites	8	
AREPA	35	
Arepa redonda	35	
MANTEQUILLA	8	
Mantequilla	8	
MILO	192	

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:

FUENTE	ID	ALIMENTO			
TCAC 2018	L017	Salsa de tomate -			
TCAC 2018	E040	Sardinas, enlatadas en salas de tomate -			
TCAC 2018	C081	Tomate de árbol amarillo, crudo - Pulpa sin semillas			
TCAC 2018	C082	Tomate de árbol rojo, crudo - Pulpa sin semillas			
TCAC 2018	B104	Tomate, escaldado, sin sal - Pulpa			
TCAC 2018	B105	Tomate, extracto, fresco - Extracto/jugo			
TCAC 2018	B103	Tomate. crudo - Pulpa			
TCAC 2015	670	Sabajón de tomate de árbol amarillo -			
TCAC 2015	671	Sabajón de tomate de árbol morón -			
TCAC 2015	924	Salsa de tomate -			

- **Paso 1:** Escriba el 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.

+ Cambiar alimento 'Aceites' □ ✕

📍 Agregar en **DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > HUEVO REVUELTO**

Aceites ✕

Fuentes de alimentos
↓ Más utilizados
+ Crear alimento personalizado
2

327 resultados Seleccionar fuentes ▾

✕ TCAC 2018 ✕ TCAC 2015 ✕ TCAC 2005 ✕ TCAC 1978 ✕ USDA SR 18

♀	Nombre	Tabla	Código	Descripción	Grupo	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidrat... Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)	^
🔍	Aceite de ajonjolí o sésamo	TCAC 2018	D001	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de algodón	TCAC 2018	D002	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de canola o colza	TCAC 2018	D003	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de girasol	TCAC 2018	D004	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de linaza o lino	TCAC 2018	D005	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...		0,2%		
🔍	Aceite de maíz	TCAC 2018	D006	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de maní	TCAC 2018	D007	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de oliva	TCAC 2018	D008	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				
🔍	Aceite de palma	TCAC 2018	D009	D. Grasas y aceites		900 52,0%		100 208,1...				

✎ Modificar ✕ Borrar

4 ✓ Cambiar
✕ Cerrar

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.
 - **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:

ATENCIÓN ✕

i Cambiar alimento

Cambiar 'Aceites' por 'Aceite de oliva' en:

Alimento actual
 Menú actual
 Proyecto

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.

Elemento	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)
GALLETAS DE DULCE	15	66,45	1,55
Galletas	15	66,45	1,55
ALMUERZO	313	541,51	21,25
SOPA DE PASTA	31	69,18	3,99
Pastas alimenticias macarrones, espaguet...	8	28,00	0,86
Arveja	5	15,40	1,20
Zanahoria	5	1,80	0,04
Cebolla común - tallo	3	0,78	0,04
Carne de res - Semigorda (Grasa entre el...	10	23,20	1,87
Porcion total en liquido 250 cc			
Alimento proteico	68	160,72	12,90
Carne de res - Magra (Grasa inferior al 14...	60	90,00	12,90
Aceites	8	70,72	
ENSALADA DE LECHUGA	36	6,29	0,35
Lechuga romana	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

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 flechas 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 está 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 la 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

The screenshot displays the MenusPlus 8 software interface. The main window shows a menu structure for 'DIETA INFANTIL 1' under 'DESAYUNO' and 'HUEVO REVUELTO'. A table lists various food items with their net weight, calories, and protein content. The 'Huevo entero' item is selected, and the 'Inspector' panel is open, showing its properties.

Elemento	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)
Proyecto		1798,93	67,072	85,4
DIETA INFANTIL 1	1149	104,0%	155,1%	177,7
DESAYUNO	293	412,45	15,71	26,3
HUEVO REVUELTO	58	152,22	6,40	13,3
Huevo entero	50	81,50	6,40	5,3
Aceites	8	70,72		8,0
AREPA	35	60,55	1,44	0,0
Arepa redonda	35	60,55	1,44	0,0
MANTEQUILLA	8	58,56	0,10	6,3
Mantequilla	8	58,56	0,10	6,3
MILO	192	141,12	7,78	5,8
Milo	12	51,12	1,66	1,3
Leche de Vaca - Pasteurizada	180	90,00	6,12	4,8
Leche al 100%				
MEDIA MAÑANA	165	207,45	5,90	7,8
YOGURT	150	141,00	4,35	4,3
Yogurt	150	141,00	4,35	4,3
GALLETAS DE DULCE	15	66,45	1,55	3,2
Galletas	15	66,45	1,55	3,2
ALMUERZO	313	541,51	21,25	23,9
SOPA DE PASTA	31	69,18	3,99	1,3
Pastas alimenticias macarrones, espaguet...	8	28,00	0,86	0,0

The 'Inspector' panel for 'Huevo entero' shows the following details:

- General:** Nombre: Huevo entero, Descripción: (empty)
- Peso:** Porción Bruta: 55,555 g, Peso bruto (g): 55,555, Peso neto (g): 50, Cocción: Ninguno / 1x, Peso cocido (g): 50, Porción servida: (empty)
- Información:** Costo: \$ 0,00, Tabla de alimentos: ICBF 1978 - 94, Alimento fuente: Huevo entero, % Parte comestible: 90
- Distribución calórica:** 32,51 % de proteínas, 65,71 % de grasas y 1,78 % de carbohidratos.

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

Huevo entero

Propiedades Formato

General

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:

Características

Macronutrientes

Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
81,5	6,4	5,75	0,35
4,7 %	20,6 %		
▼ 1648,5	▼ 24,6		

The screenshot shows the 'Inspector' window for 'Huevo entero'. It has three tabs: 'General', 'Minuta patrón', and 'Nutrientes'. The 'General' tab is active. The window is divided into sections: 'General', 'Peso', 'Información', and 'Distribución calórica'. The 'Peso' section includes fields for 'Porción Bruta', 'Peso bruto (g)', 'Peso neto (g)', 'Cocción', and 'Peso cocido (g)'. The 'Información' section includes 'Costo', 'Tabla de alimentos', 'Alimento fuente', and '% Parte comestible'. The 'Distribución calórica' section shows a pie chart and text: '32,51 % de proteínas', '65,71 % de grasas y', and '1,78 % de carbohidratos'. Numbered callouts 1-6 point to the title bar, the 'General' tab, the 'Minuta patrón' tab, the 'General' section header, the 'Peso neto (g)' field, and the 'Distribución calórica' section respectively.

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"

The screenshot displays the MenusPlus 8 software interface. The main window shows a menu structure for 'DIETA INFANTIL 1' under the 'DESAYUNO' category. A table lists various food items with their respective weights and nutritional values. The 'Huevo entero' item is selected, and the 'Inspector' window is open, showing detailed information for this item.

Elemento	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)
Proyecto		1798,93	67,072	85,4
DIETA INFANTIL 1	1149	104,0%	155,1%	177,7
DESAYUNO	293	412,45	15,71	26,3
HUEVO REVUELTO	58	152,22	6,40	13,3
Huevo entero	50	81,50	6,40	5,3
Aceites	8	70,72		8,0
AREPA	35	60,55	1,44	0,7
Arepa redonda	35	60,55	1,44	0,7
MANTEQUILLA	8	58,56	0,10	6,3
Mantequilla	8	58,56	0,10	6,3
MILO	192	141,12	7,78	5,8
Milo	12	51,12	1,66	1,3
Leche de Vaca - Pasteurizada	180	90,00	6,12	4,5
Leche al 100%				
MEDIA MAÑANA	165	207,45	5,90	7,4
YOGURT	150	141,00	4,35	4,3
Yogurt	150	141,00	4,35	4,3
GALLETAS DE DULCE	15	66,45	1,55	3,2
Galletas	15	66,45	1,55	3,2
ALMUERZO	313	541,51	21,25	23,5
SOPA DE PASTA	31	69,18	3,99	1,7
Pastas alimenticias macarrones, espaguet...	8	28,00	0,86	0,0

The 'Inspector' window for 'Huevo entero' shows the following details:

- General:** Nombre: Huevo entero, Descripción: Huevo entero
- Peso:** Porción Bruta: 55,555 g, Peso bruto (g): 55,555, Peso neto (g): 50, Cocción: Ninguno / 1x, Peso cocido (g): 50, Porción servida: 50
- Información:** Costo: \$ 0,00, Tabla de alimentos: ICBF 1978 - 94, Alimento fuente: Huevo entero, % Parte comestible: 90
- Distribución calórica:** 32,51 % de proteínas, 65,71 % de grasas y 1,78 % de carbohidratos.

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

Huevo entero

General Minuta patrón Nutrientes

General

Descripción

Peso

Porción Bruta 55,555 g

Peso bruto (g) 55,555

Peso neto (g) 50

Cocción Ninguno / 1x

Peso cocido (g) 50

Porción servida

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.

Menú:

- **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 pérdida 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 cuadrícula (resaltado en amarillo):

Proyecto > DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > HUEVO REVUELTO > Huevo entero

Elemento	A	Cantidad	Peso neto (g)	Calor (Kcal)
Proyecto	+			
DIETA INFANTIL 1	+		1149	1710
DESAYUNO	+		293	
HUEVO REVUELTO	+		58	
Huevo entero	Q	55,55 gramos	50	
Aceites	Q	8 gramos	8	
AREPA	+		35	
Arepa redonda	Q	35 gramos	35	
MANTEQUILLA	+		8	
Mantequilla	Q	8 gramos	8	
MILO	+		192	
Milo	Q	12 gramos	12	
Leche de Vaca - Pasteurizada	Q	180 gramos	180	
Leche al 100%	-			
MEDIA MAÑANA	+		165	
YOGURT	+		150	
Yogurt	Q	150 gramos	150	
GALLETAS DE DULCE	+		15	
Galletas	Q	15 gramos	15	
ALMUERZO	+		313	
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

Proyecto > Día 1 > Desayuno > Huevo Frito

Nombre	A	% Objetivo	Peso Neto(g)
Proyecto			
Día 1	+		70
Desayuno	+	0%	70
Huevo Frito 2	+		70
Huevo entero	S		60
Aceites	S		10
Almuerzo	+	0%	
Cena	+	0%	

Nombre	A	% Objetivo	Peso Neto(g)
Proyecto			
Día 1			70
Desayuno		0%	70
arroz			70
Alm ARROZ PAJARITO		0%	
Cer ARROZ CON ESPINACA		0%	
ARROZ BLANCO		0%	
ARROZ AJONJOLI			

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

Nombre	A	Peso Neto(g)	CALORIAS
Proyecto			
Día 1		57,5	197,55
Desayuno		57,5	197,55
ARROZ CON ESPINACA		57,5	197,55
Arroz blanco, crudo		45	157,05
cebolla		5	
espinaca		2	
ajo		0,5	
sal		0,5	
aceite		4,5	40,5
Almuerz [Personalizado] - ACEITE DE OLIVA SABORES-Aromas de			
Cena [Personalizado] - Aceite, de soya			
[Personalizado] - Margarina			
[Personalizado] - Aceites			
[Personalizado] - atun en aceite			
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 semillas de tabaco negro			

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

Nombre	A	Peso Neto(g)	CALORIAS
Proyecto			
Día 1		57,5	157,05
Desayuno		57,5	157,05
ARROZ CON ESPINACA		57,5	157,05
Arroz blanco, crudo		45	157,05
cebolla		5	
espinaca		2	
ajo		0,5	
sal		0,5	
Aceite vegetal, mezcla		5,2	
Almuerzo			
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** :

Proyecto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)
180	90,00	6,12	4,50	7,02	216,00	0,54
165	207,45	5,90	7,62	30,30	202,20	0,62
150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50	0,45
150	141,00	4,35	4,35	21,90	166,50	0,45
15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70	0,17
15	66,45	1,55	3,27	8,40	35,70	0,17
313	541,51	21,25	23,98	60,69	70,41	4,66
31	69,18	3,99	1,77	9,17	8,06	0,88

Se mostrará el siguiente formulario:

Recomendaciones de ingesta
✕

♥

Recomendaciones por: Menú

DIETA INFANTIL 1

Normal

1

2

3

4

5

6

🔍

📄

▾

#	Nutriente	Mínimo recomendado	Máximo recomendado	Interpretación
	Calorías (Kcal)	1730	0	
▲	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":

The screenshot shows a window titled "Propiedades del proyecto" with a close button (X) in the top right corner. Below the title bar are three tabs: "Identificación", "Cálculos", and "Recomendaciones". The "Recomendaciones" tab is active and has a red circle with the number "1" next to it. Below the tabs is a section titled "Recomendaciones de ingesta" with an upward-pointing arrow. There are two radio button options: "Recomendaciones por Proyecto" (with a red circle "2" next to it) and "Recomendaciones por cada menú" (with a red circle "3" next to it). At the bottom right of the window are two buttons: "Guardar" (with a red circle "4" next to it) and "Cerrar" (with a red circle "5" next to it).

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 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:

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 () permite deshacer los cambios realizados en el editor de menús.


Rehacer

La opción rehacer () 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

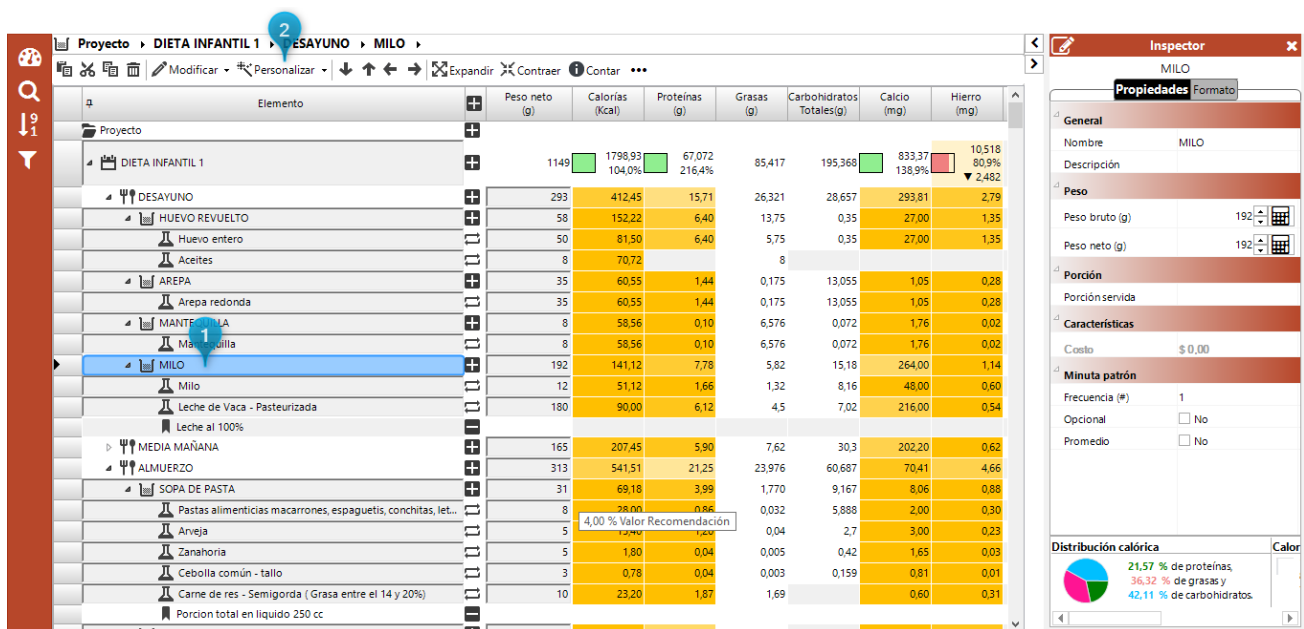
La opción  (expandir) muestra todos los elementos hijos de un elemento seleccionado.

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

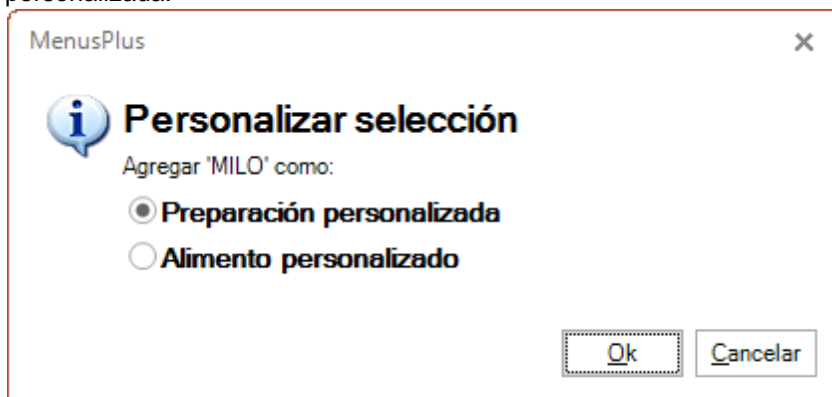


The screenshot displays the 'MenusPlus' interface. On the left, a tree view shows the project structure: Proyecto > DIETA INFANTIL 1 > DESAYUNO > MILO. The 'MILO' item is selected. On the right, the 'Inspector' window shows the properties for 'MILO', including a 'Propiedades' tab with fields for 'Nombre' (MILO) and 'Descripción'. Below this, there are sections for 'Peso', 'Porción', 'Características', and 'Minuta patrón'. At the bottom of the inspector, a 'Distribución calórica' pie chart shows the nutrient breakdown: 21.57% proteins, 36.32% fats, and 42.11% carbohydrates.

Elemento	Peso neto (g)	Calorías (Kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos Totales(g)	Calcio (mg)	Hierro (mg)
Proyecto	+						
DIETA INFANTIL 1	+	1149	1798.93	67.072	85,417	195,368	10,518
DESAYUNO	+	293	412.45	15.71	26,321	28,657	2,79
HUEVO REVUELTO	+	58	152.22	6.40	13,75	0.35	27,00
Huevo entero		50	81.50	6.40	5,75	0.35	27,00
Aceites		8	70.72		8		
AREPA	+	35	60.55	1.44	0,175	13,055	1,05
Arepa redonda		35	60.55	1.44	0,175	13,055	1,05
MANTEQUILLA	+	8	58.56	0.10	6,576	0,072	1,76
Mantequilla		8	58.56	0.10	6,576	0,072	1,76
MILO	+	192	141.12	7.78	5,82	15,18	264,00
Milo		12	51.12	1.66	1,32	8,16	48,00
Leche de Vaca - Pasteurizada		180	90.00	6.12	4,5	7,02	216,00
Leche al 100%							
MEDIA MAÑANA	+	165	207.45	5.90	7,62	30,3	202,20
ALMUERZO	+	313	541.51	21.25	23,976	60,687	70,41
SOPE DE PASTA	+	31	69.18	3.99	1,770	9,167	8,06
Pastas alimenticias macarrones, espaguetis, conchitas, let...		8	28.00	0.86	0,032	5,888	2,00
Arveja		5	12.50	1.25	0,04	2,7	3,00
Zanahoria		5	1.80	0.04	0,005	0,42	1,65
Cebolla común - tallo		3	0.78	0.04	0,003	0,159	0,81
Carne de res - Semigorda (Grasa entre el 14 y 20%)		10	23.20	1.87	1,69		0,60
Porcion total en liquido 250 cc							

Para crear una preparación personalizada primero selección 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:



The dialog box is titled 'Personalizar selección' and contains the following text: 'Agregar 'MILO' como:'. There are two radio button options: 'Preparación personalizada' (which is selected) and 'Alimento personalizado'. At the bottom, there are 'Ok' and 'Cancelar' buttons.

Convertir en alimento personalizado

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

The screenshot shows the MenusPlus 8 application window titled 'Nuevo proyecto - Modificado - MenusPlus'. The interface includes a top menu bar with 'Archivo', 'Configuración', 'Ver', and 'Ayuda'. Below this is a toolbar with icons for 'Agregar', 'Personalizar', and other actions. The main area displays a tree view of the menu structure:

- Proyecto
- HIPOSODICA HOMBRE 45 (2019g)
- DESAYUNO (344g)
 - FRUTA O BEBIDA DE FRUTA (100g)
 - Melón común (100g)** (Selected)
 - fruta picada
 - BEBIDA EN LECHE (124g)
 - Leche de Vaca (100g)
 - Café (12g)
 - Azúcar (12g)
 - PROTEICO (40g)
 - Cuajada (40g)
 - No quesos mad
 - DERIVADO DE CEREA (80g)
 - Pan blanco (80g)
 - MEDIA MAÑANA (260g)
 - LACTEO (180g)
 - Yogurt (180g)
 - FRUTA (80g)
 - Fresas (80g)
 - ALMUERZO (725g)

A context menu is open over the 'Melón común' item, showing options: 'Modificar', 'Personalizar', 'Cortar', 'Copiar', 'Pegar', 'Borrar', 'Subir elemento', and 'Bajar elemento'. The 'Personalizar' option is highlighted with a green circle and the number '2'. In the top toolbar, the 'Personalizar' icon is also highlighted with a green circle and the number '1'. The bottom status bar shows 'Alimentos: 1 / 50'.

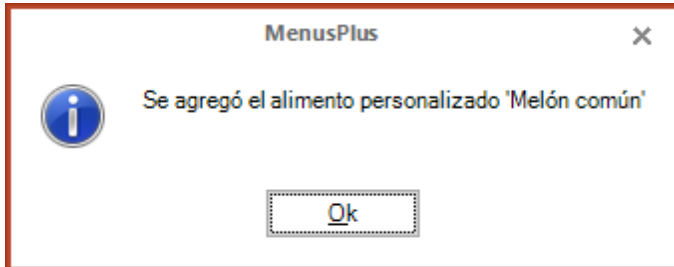
1. En la barra de herramientas, en la opción "**Personalizar**" (1).
2. En el menú contextual e la opción "**Personalizar**" (2).

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

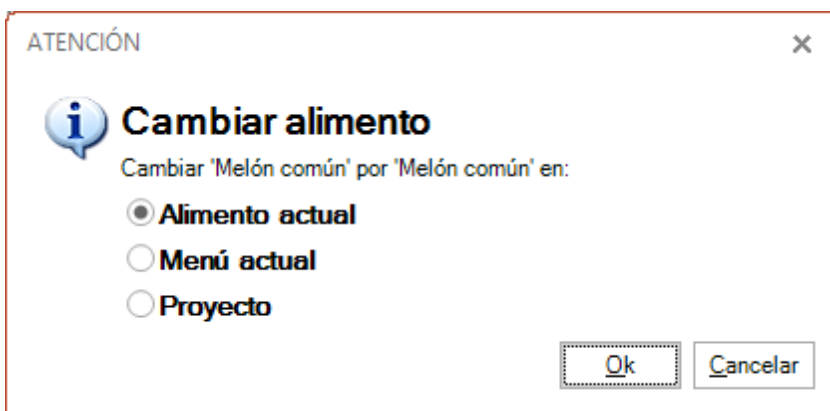
1. **Nombre:** Nombre del alimento (obligatorio).
2. **Descripción:** Descripción del alimento (opcional)
3. **Código:** Código personalizado para el alimento. (opcional)
4. **Grupo de alimentos:** Grupo de alimentos (opcional)
5. **Pestaña Nutrientes:** En la pestaña nutrientes se definen propiedades 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:



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



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

Nutrientes | Precio | Medidas caseras | Factores cocido | Análisis 100g

Características

Alimento Fuente: ICBF 1978 - 212 - Melón común 1

Parte Comestible: 50,00 2

Nutrientes personalizados

Agregar Nutrientes 3 4 100,00 5

| Nombre | Valor |
|--------|-------|
| | |

Origen del Alimento % Proteína Animal: 7 % Grasa Vegetal: 8

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 personalizadas a la composición nutricional. Si el alimento tiene definido un "alimento fuente" los nutrientes personalizados reemplazan a los de la tabla de alimentos.
4. **Macronutrientes:** Define como alimentos personalizados las calorías, proteínas, grasas y carbohidratos.
5. **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).

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.

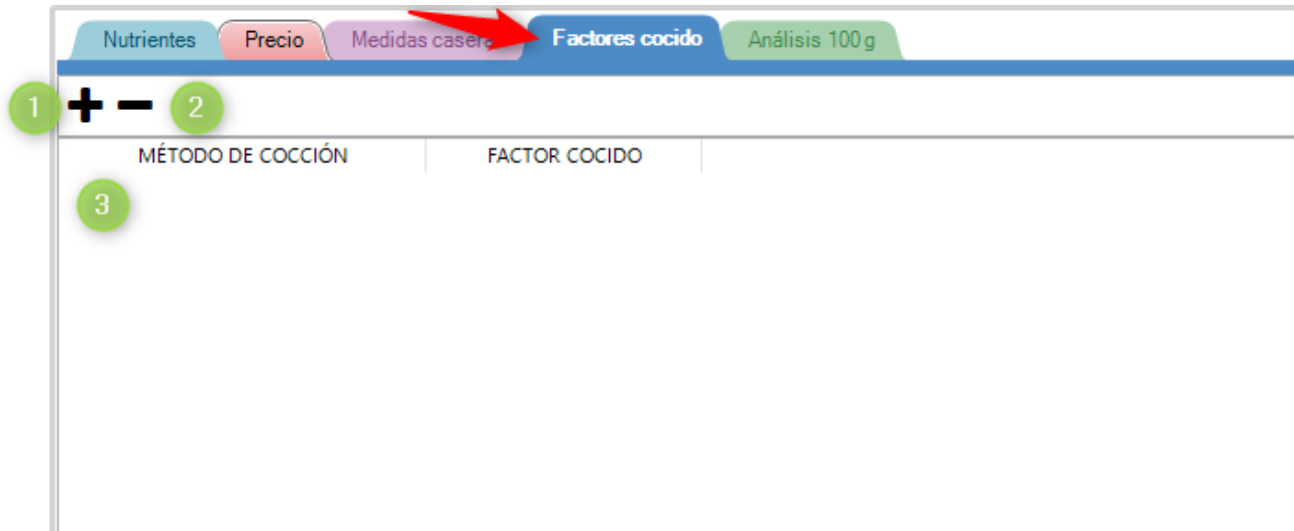
Pestaña Medidas caseras

Permite definir las medidas caseras del alimento (opcional).

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).



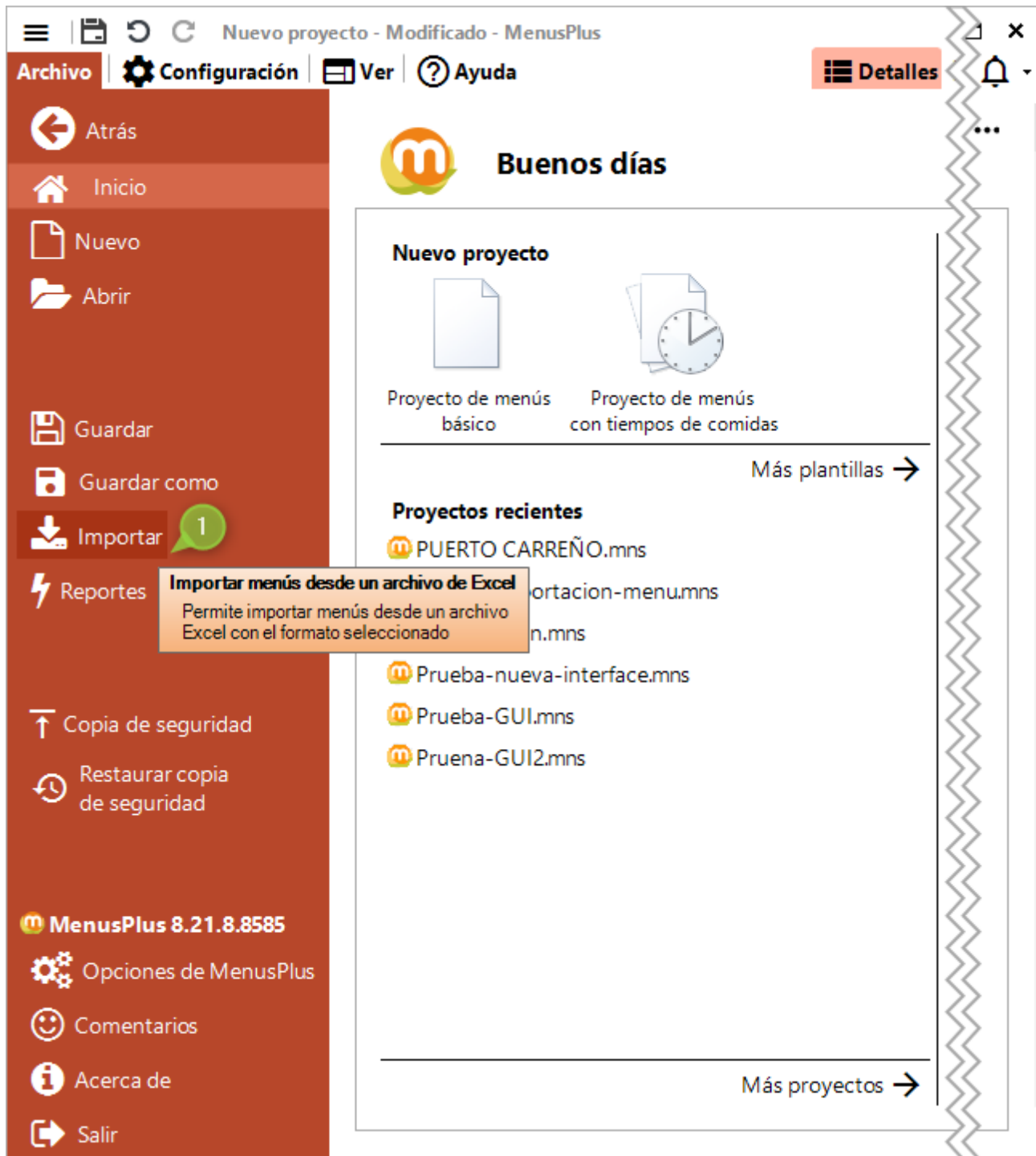
1. Agregar un nuevo factor de cocido al alimento.
2. Borra el factor de cocido seleccionado.
3. Listado de factores de cocido del alimento.

Pestaña Análisis 100g

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

Importando menú 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

📁 Importar menús desde un archivo Excel
☐ ✕

Formato

Ajustes

Importación previa

Alimentos no encontrados

Importar

Tipo de archivo

Archivo y opciones

Vista previa de los menús en el archivo

Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados

Se agregan los menús

¿Qué formato va a importar?

Importa un formato con menús.
 Permite especificar las columnas del formato e importar los menús por hojas.
Requiere las preparaciones y los alimentos.

Menús

Importa un formato de frecuencia de consumo en que cada menú se encuentra en una fila.

Frecuencia de consumo

Importa un formato de ciclo de menú.
No se importan alimentos.
 Se usan las preparaciones personalizadas.

Ciclo

Importa un formato de ciclo de menú con **grupos de alimentos**.
No se importan alimentos.
 Se usan las preparaciones personalizadas.

Ciclo con grupos de alimentos

< Anterior
Siguiete >
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.

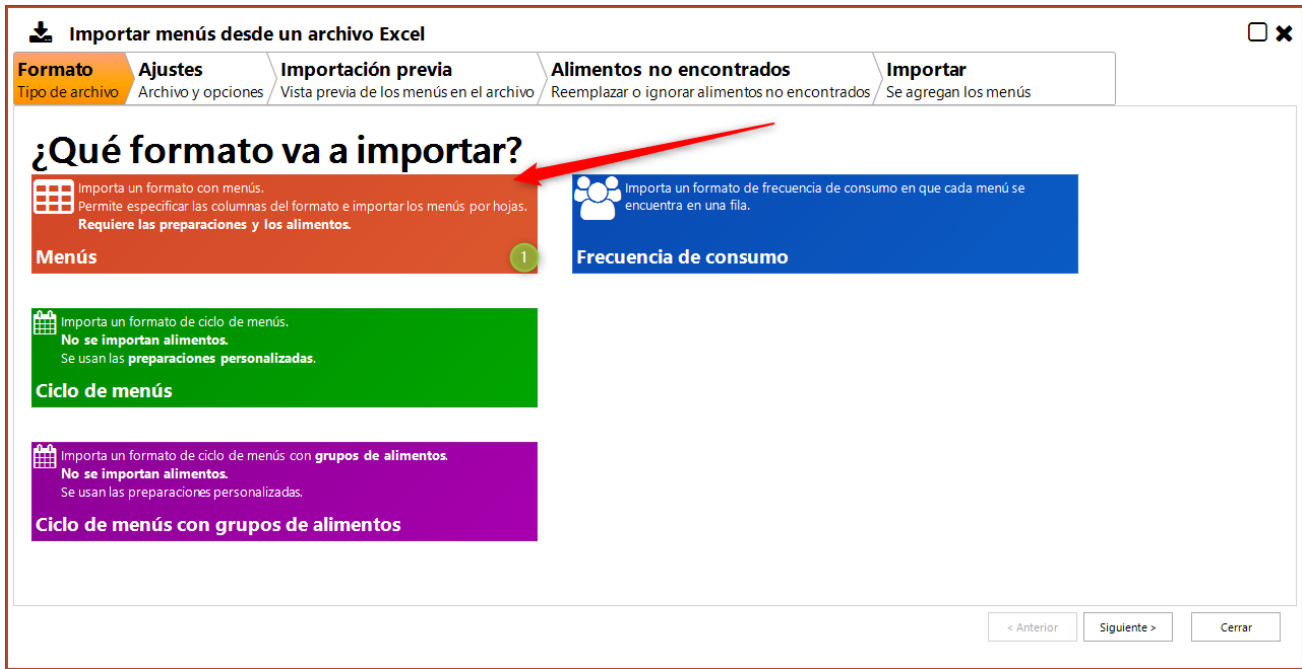
A continuación se explica en detalle los procesos de importación de datos.

Importar formato con menús

Se revisa el archivo Excel que se quiere importar

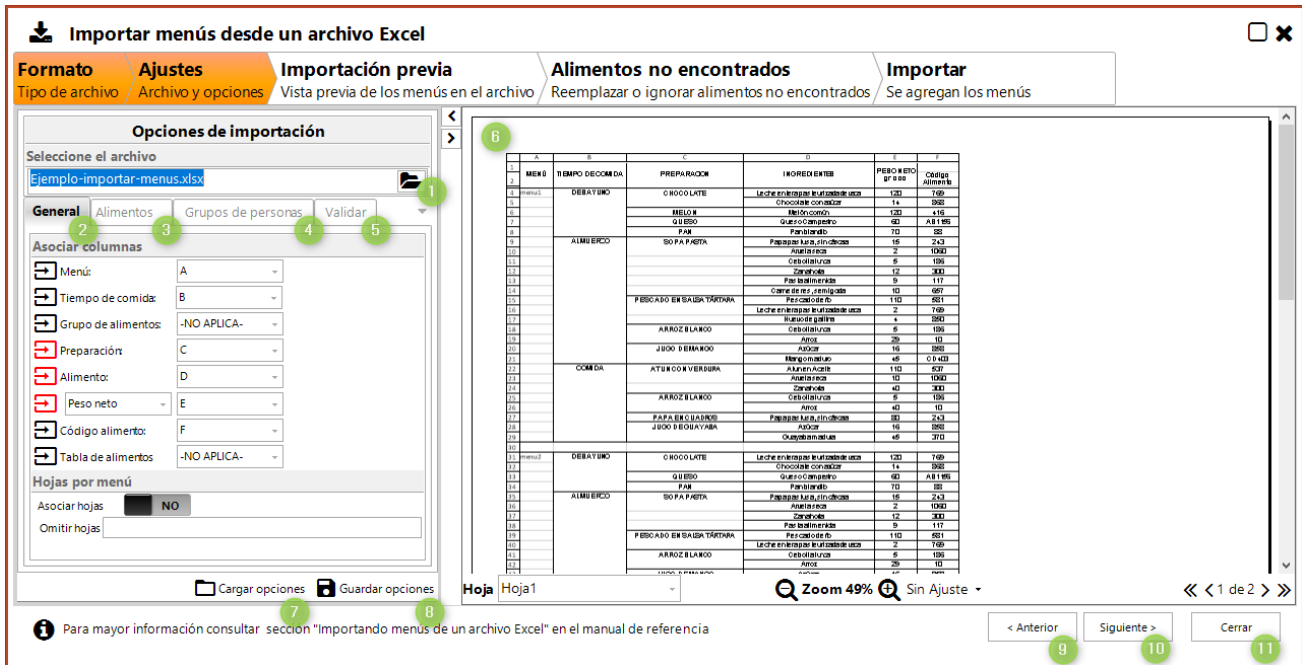
| A | B | C | D | E | F | | |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|-----------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|-------|-----|
| MENÚ | TIEMPO DE COMIDA | PREPARACION | INGREDIENTES | PESO NETO
gr o cc | 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 NUTRIENTES 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) | | | | | | | |
| % ADECUACION | | | | | | | |
| 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 NUTRIENTES COMIDA | | | | | | |
| | RECOMENDACIONES DIARIAS (EDAD) | | | | | | |
| % ADECUACION | | | | | | | |
| 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:



Se selecciona la opción "Menús" (1):

Se mostrará el siguiente formulario:



- 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 puede hacer ajustar el zoom para ver mejor la 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:

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:

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.

The screenshot shows a window titled "Opciones de importación". At the top, there is a section "Seleccione el archivo" with a text box containing "Ejemplo-importar-menus.xlsx" and a file icon. Below this are four tabs: "General", "Alimentos", "Grupos de personas" (which is selected), and "Validar". Under the "Grupos de personas" tab, there is a section "Asociar columnas de pesos" containing a table with one row. The first column of the table is labeled "Normal" and the second column is a dropdown menu currently showing "-SELECCIONE-". A green circle with the number "1" is placed over the dropdown menu. At the bottom right of the dialog, there is a button with a green circle containing the number "2" and an "X" icon, with the text "Desasociar columnas" next to it.

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.

Opciones de importación

Seleccione el archivo

General | Alimentos | Grupos de personas | **Validar**

Nutrientes y alimentos
 Validar cantidad nutriente: NO 1
 Error máximo del nutriente: 2
 Validar nombre alimento: SI 3

Totales del menú
 Buscar fila con texto: 4
 Error máxima del total: 5

Asociar columnas de nutrientes

6

+
-
X Desasociar columnas

7
8
9

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 "-Selecione-".

Vista Previa

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

| | A | B | C | D | E | F |
|----|-------------|-------------------------|--------------------|-----------------------------------|------------------------------|----------------------------|
| 1 | | | | | | |
| 2 | MENÚ | TIEMPO DE COMIDA | PREPARACION | INGREDIENTES | PESO NETO
gr o cc | Código
Alimento |
| 4 | menu1 | DESAYUNO | CHOCOLATE | Leche entera pasteurizada de vaca | 120 | 769 |
| 5 | | | | Chocolate con azúcar | 14 | 868 |
| 6 | | | MELON | Melón común | 120 | 416 |
| 26 | | | | Arroz | 40 | 10 |
| 27 | | | PAPA EN CUADROS | Papa pastusa, sin cáscara | 80 | 243 |
| 28 | | | JUGO DE GUAYABA | Azúcar | 16 | 858 |

Hoja: Hoja1

Zoom 79% Sin Ajuste

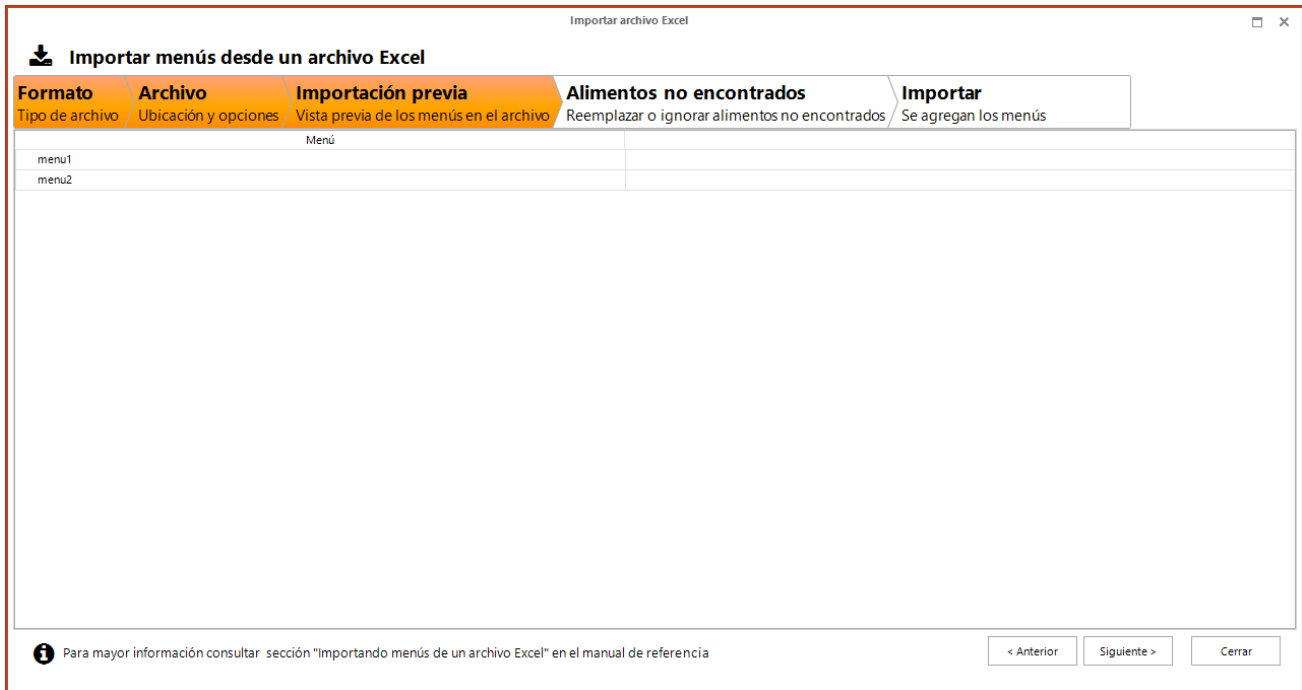
<< < 1 de 2 > >>

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:
 - o **Sin Ajuste:** No se hace un ajuste predeterminado.
 - o **Ajustar al ancho:** Se visualiza todo el ancho de la página.
 - o **Ajustar al alto:** Se visualiza todo el alto de la página.
 - o **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.



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

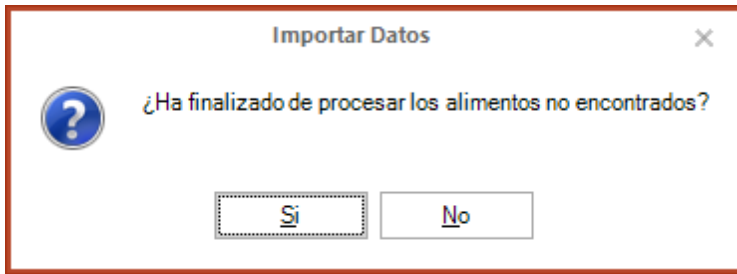
Paso "Alimentos no encontrados"

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.



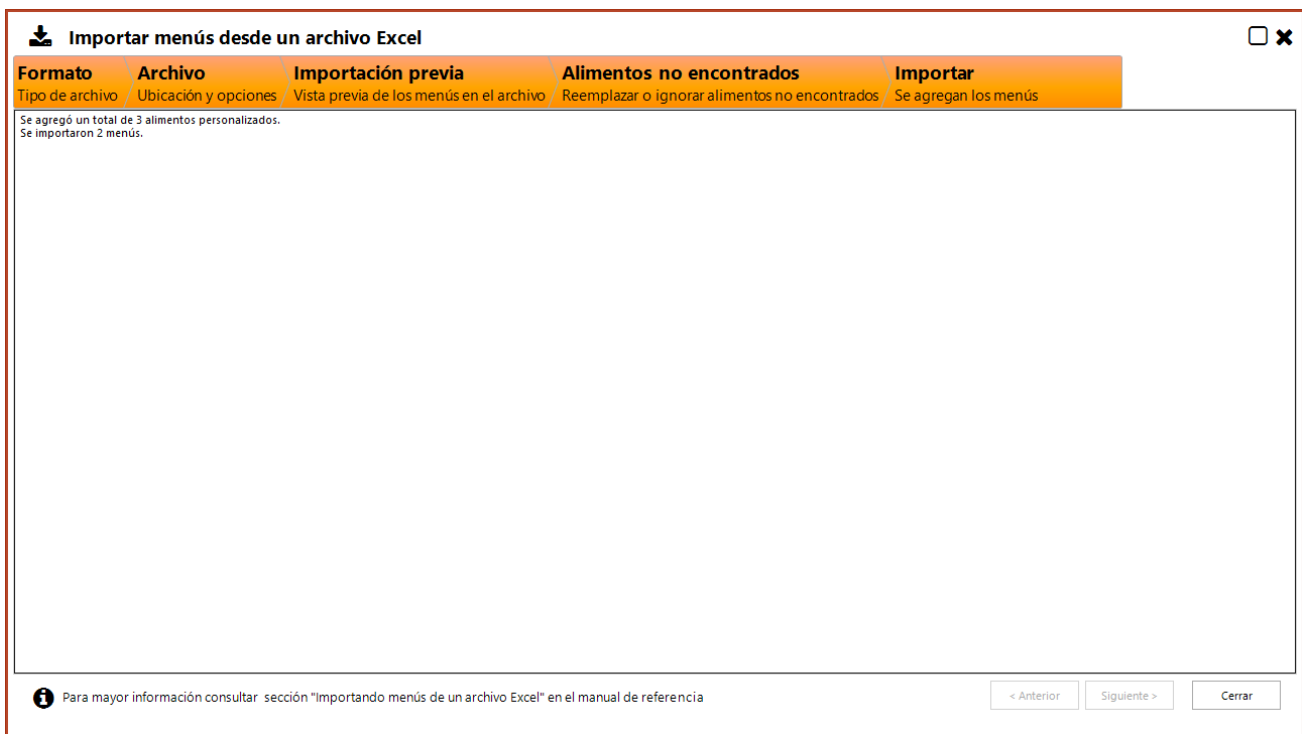
1. **Alimento no encontrado:** Corresponde al nombre del alimento que no se encontró o que no existe.
2. **Ignorar:** Por defecto todos los alimentos no encontrados el sistema agrega como nuevos alimentos personalizados, en el caso que esto no sea lo que se quiere, el sistema permite marcar el alimento 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:
 1. 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 "**Siguiete**" se muestra el siguiente mensaje:



Paso "Importar"

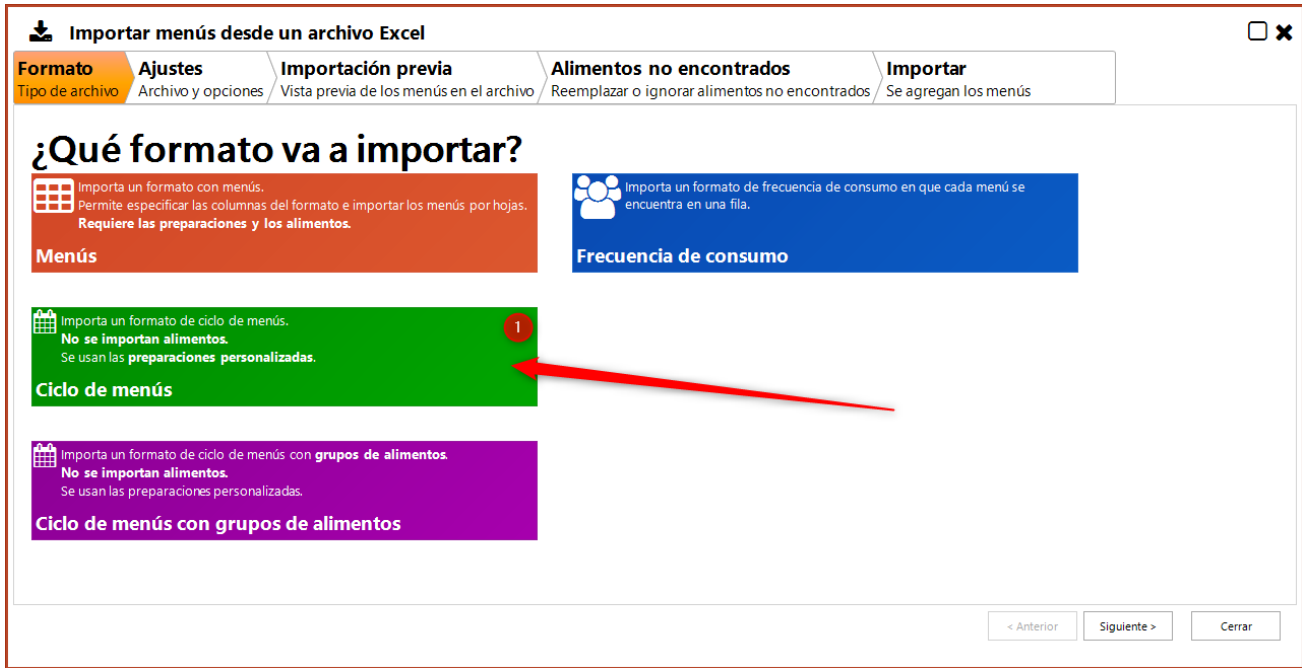
Si se confirma que ya se ha terminado con los alimentos no encontrados se muestra el siguiente paso:



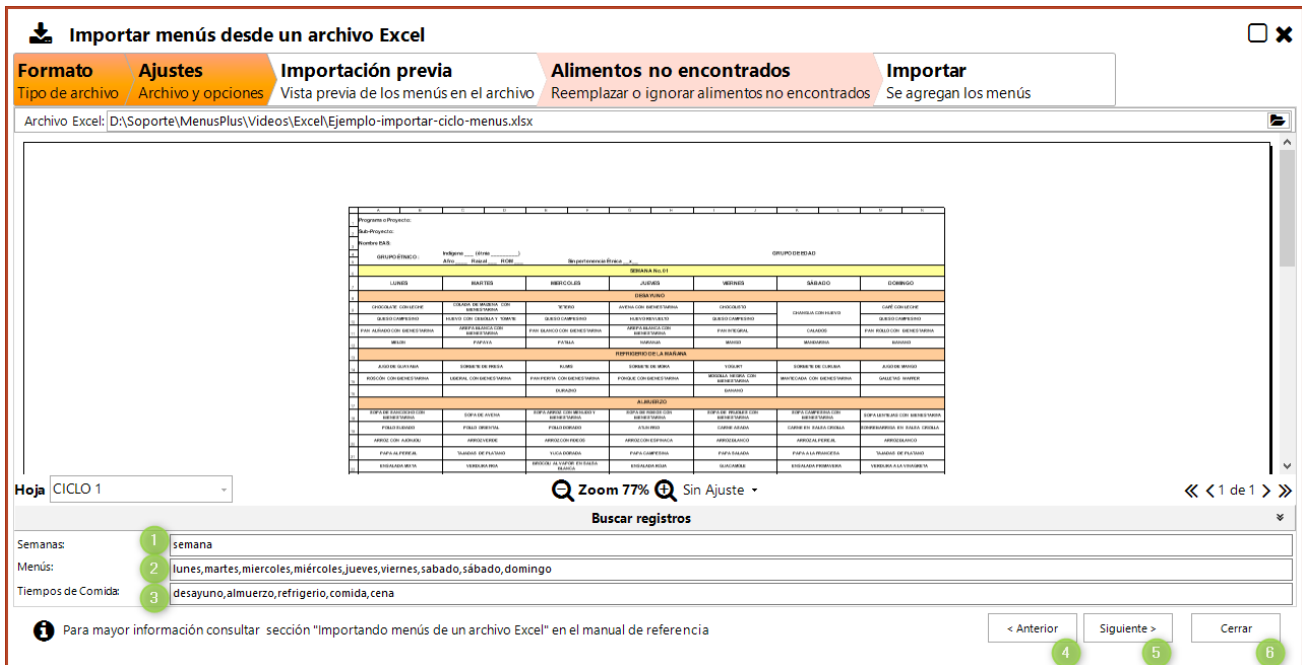
El paso "**Importar**" muestra el resumen de las operaciones realizadas al importar los menús.

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

Importar formato de ciclo de menús



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



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.

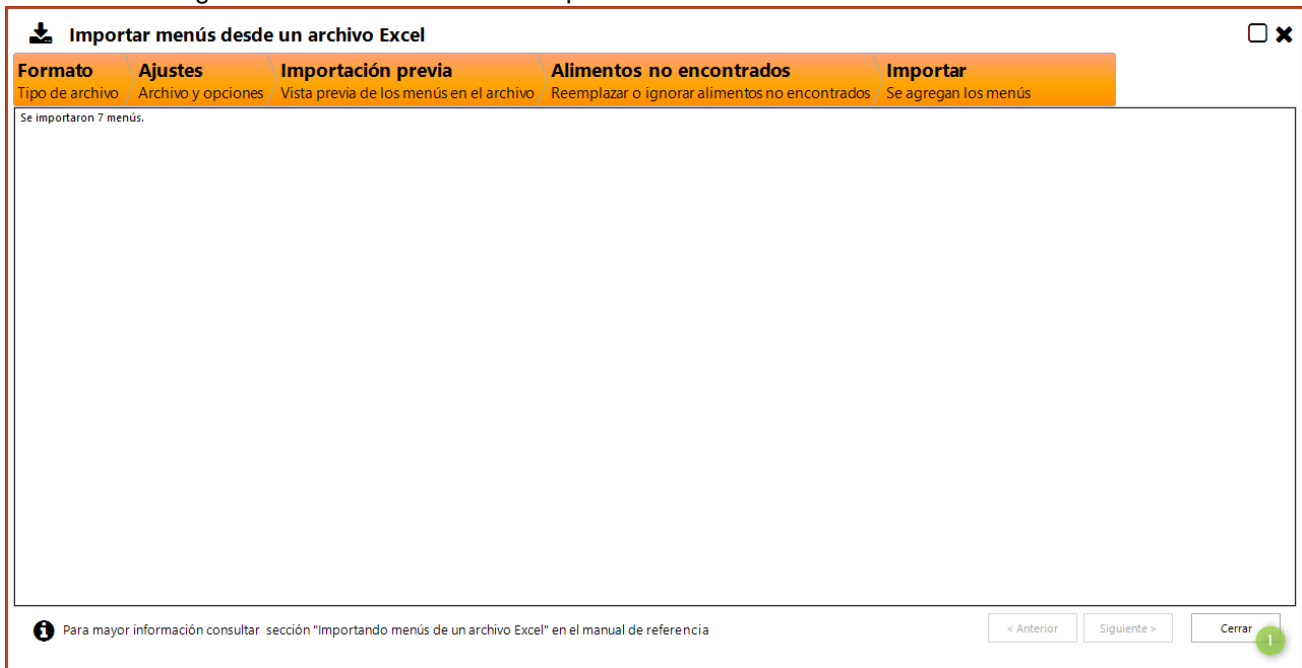
Al dar clic en "Siguiente >" se muestra el siguiente paso con los menús que se identificaron:

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



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

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



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

Importar formato de ciclos de menús con grupos de alimentos

Importar menús desde un archivo Excel

Formato | **Ajustes** | **Importación previa** | **Alimentos no encontrados** | **Importar**

Tipo de archivo | Archivo y opciones | Vista previa de los menús en el archivo | Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados | Se agregan los menús

¿Qué formato va a importar?

- Menús**: Importa un formato con menús. Permite especificar las columnas del formato e importar los menús por hojas. Requiere las preparaciones y los alimentos.
- Frecuencia de consumo**: Importa un formato de frecuencia de consumo en que cada menú se encuentra en una fila.
- Ciclo de menús**: Importa un formato de ciclo de menús. No se importan alimentos. Se usan las preparaciones personalizadas.
- Ciclo de menús con grupos de alimentos** (1): Importa un formato de ciclo de menús con grupos de alimentos. No se importan alimentos. Se usan las preparaciones personalizadas.

< Anterior | Siguiente > | 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:

Importar menús desde un archivo Excel

Formato | **Ajustes** | **Importación previa** | **Alimentos no encontrados** | **Importar**

Tipo de archivo | Archivo y opciones | Vista previa de los menús en el archivo | Reemplazar o ignorar alimentos no encontrados | Se agregan los menús

Archivo Excel: D:\Soporte\MenusPlus\Videos\Excel\Ejemplo-importar-ciclo-componentes.xls

| | A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q | R | S | T | U | V |
|----|--------------------------|---------|---------|-----------|---------|---------|---------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | SEMANA 4 SEMANA DESAYUNO | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes | Sábado | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | FRUTA | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | FRUTA | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | FRUTA | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | FRUTAS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | JUGO SIN AZÚCAR | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | JUGOS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | CALDO | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | QUESO | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | HUEVOS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | CARNES FRÍAS | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17 | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | CARNES | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | ARROZ | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 | BEBIDAS CALIENTES | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | BEBIDAS CALIENTES | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | BEBIDAS | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | CEREAL | | | | | | | | | | | | | | | |

Hoja SEMANA 1 | Zoom 77% | Sin Ajuste | << 1 de 2 >>

Buscar registros

1 Semanas: semana

2 Menús: lunes,martes,miercoles,miércoles,jueves,viernes,sábado,sábado,domingo

3 Tiempos de Comida: desayuno,almuerzo,refrigerio,comida,cena

Para mayor información consultar sección "Importando menús de un archivo Excel" en el manual de referencia

< Anterior | Siguiente > | Cerrar

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.

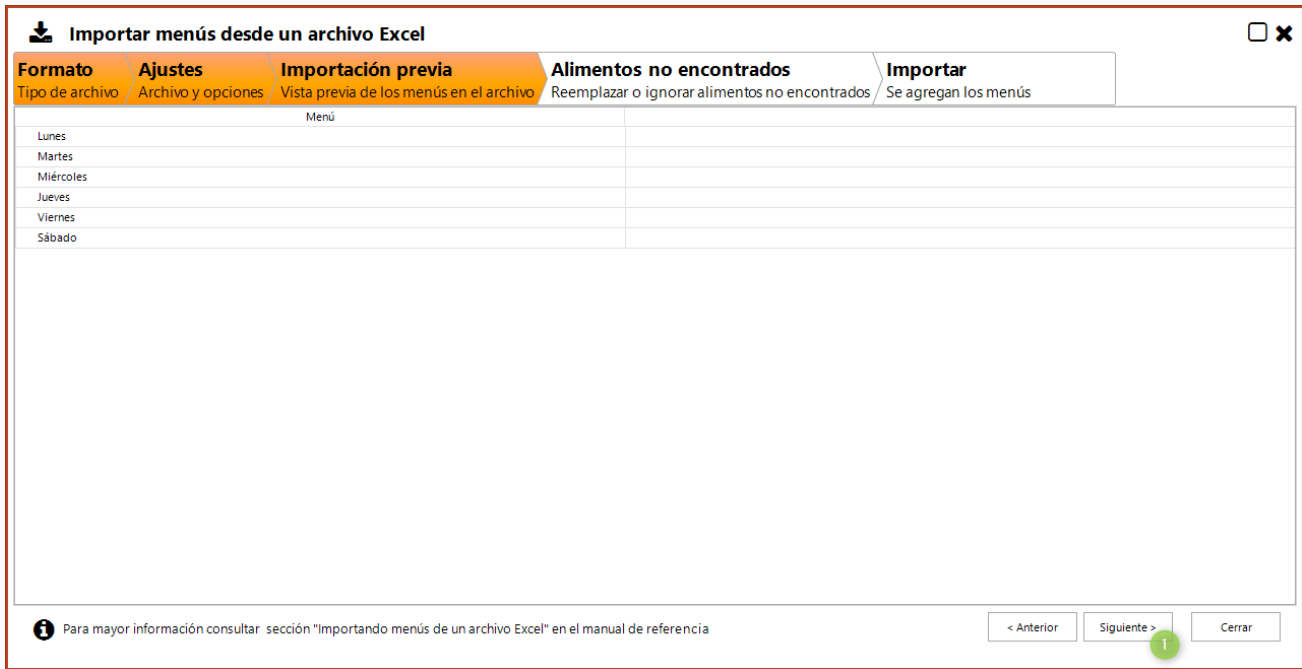
La gran diferencia con el formato para importar ciclos son los datos correspondientes a los componentes que está ubicados en la columna A y que están alineados con las preparaciones transversalmente a los menús.

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.

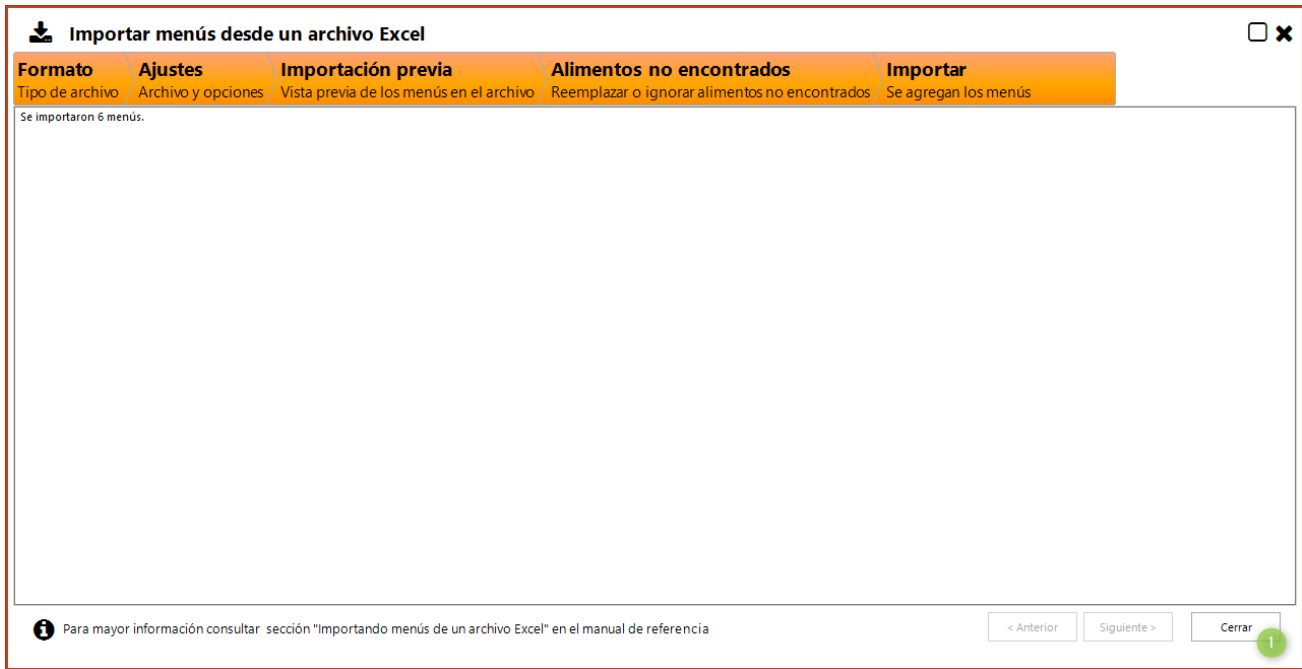
Al dar clic en "Siguiente >" (5) se muestra el siguiente paso con los menús que se identificaron:



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



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

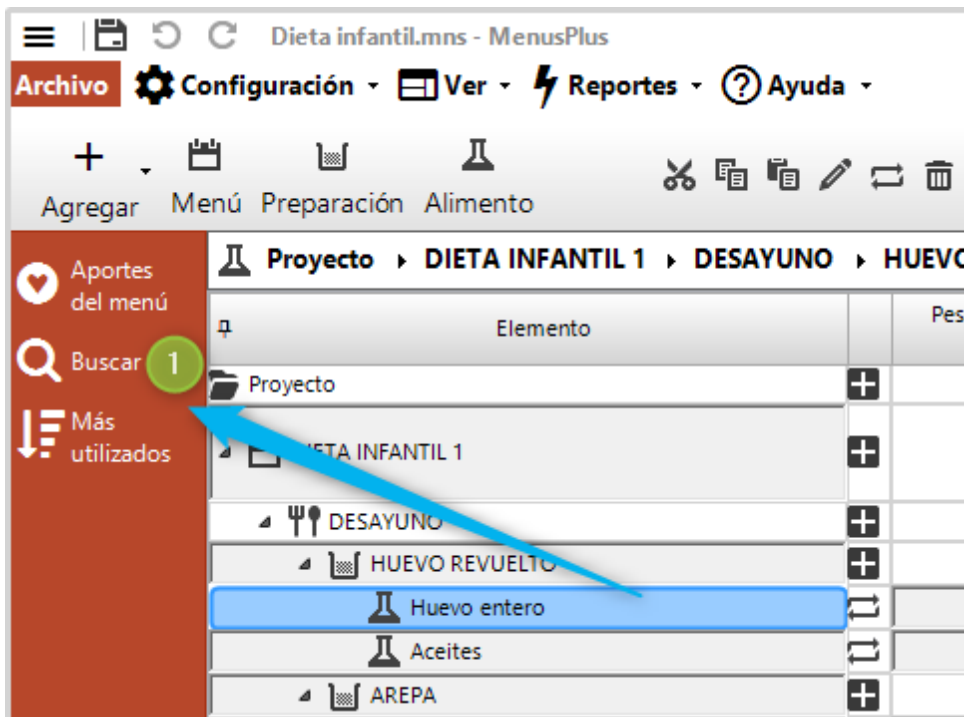


Al dar clic en el botón "Cerrar" (1) se termina el proceso de importación.

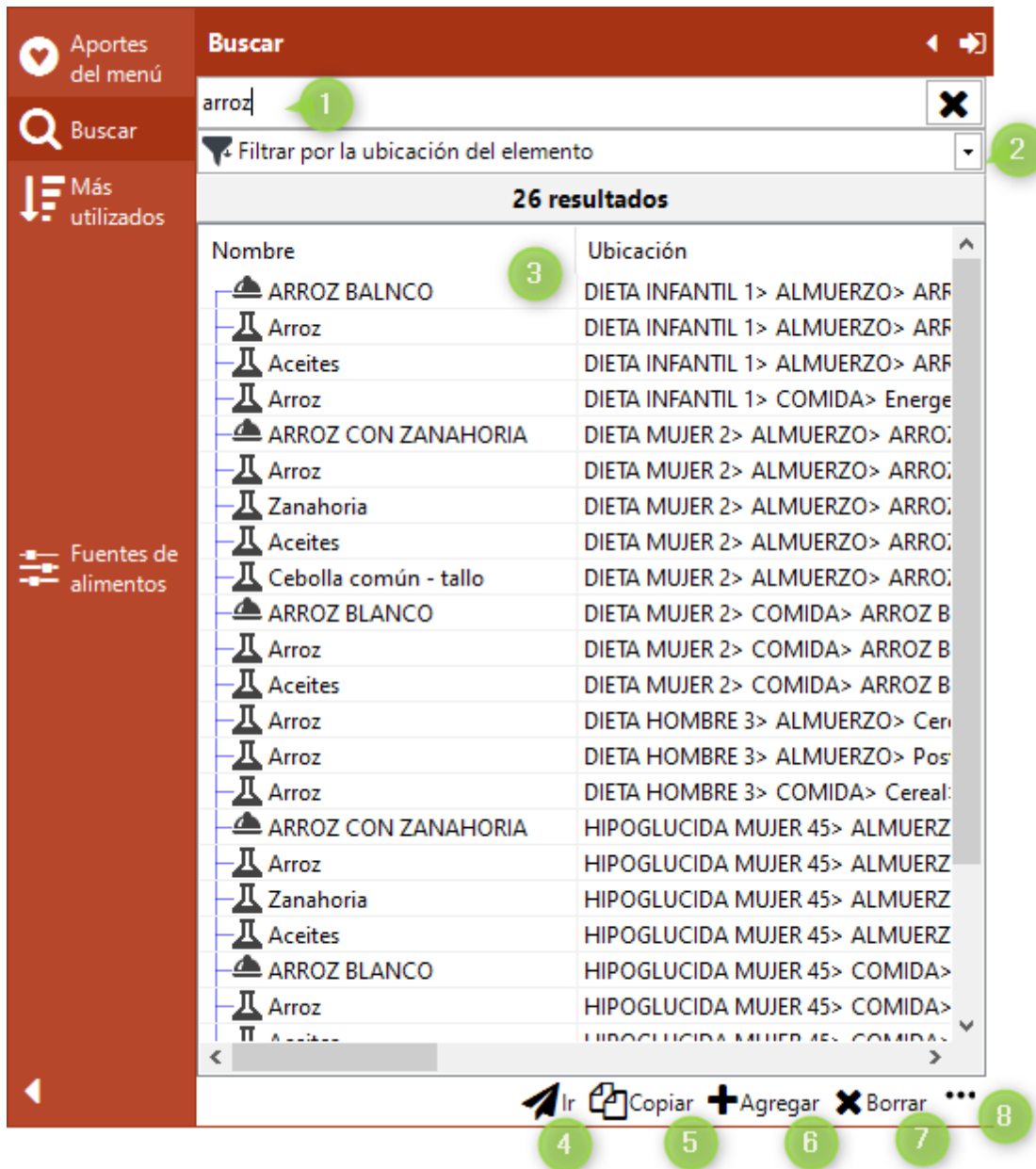
Buscar

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:



Al dar clic se muestra el siguiente panel:



La búsqueda del proyecto tiene las siguientes opciones:

1. Ingresas 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 :
 - o **Filtrar por la ubicación del elemento:** Para que la se incluyan elementos que en su ubicación tengan el texto de la búsqueda.
 - o **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

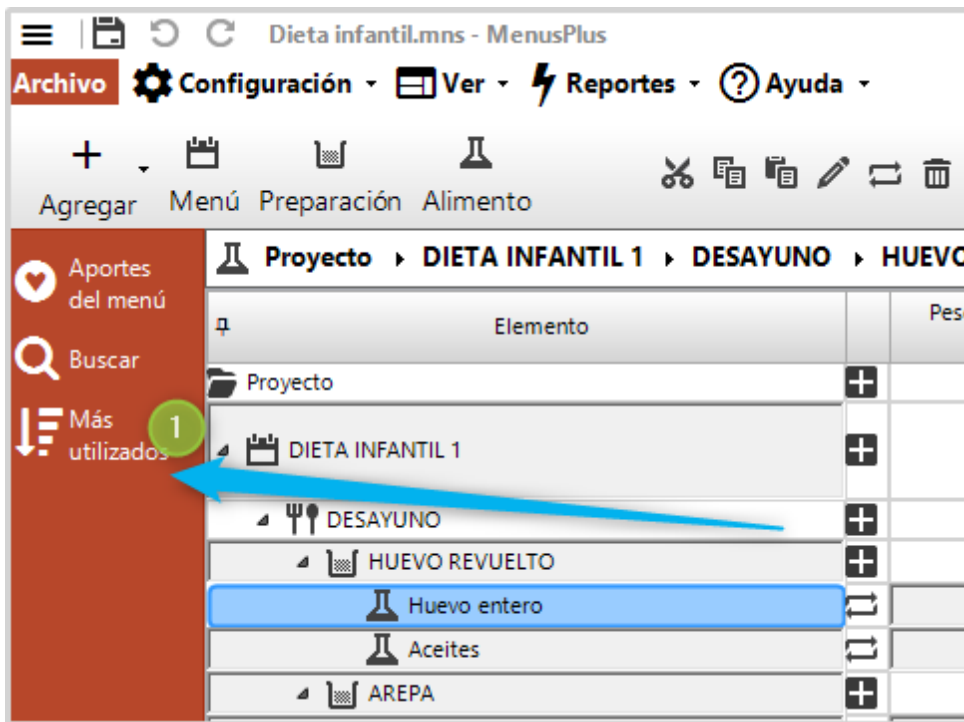
- o **Seleccionar todo:** Esta la opción de seleccionar todos los elementos.

Más utilizados

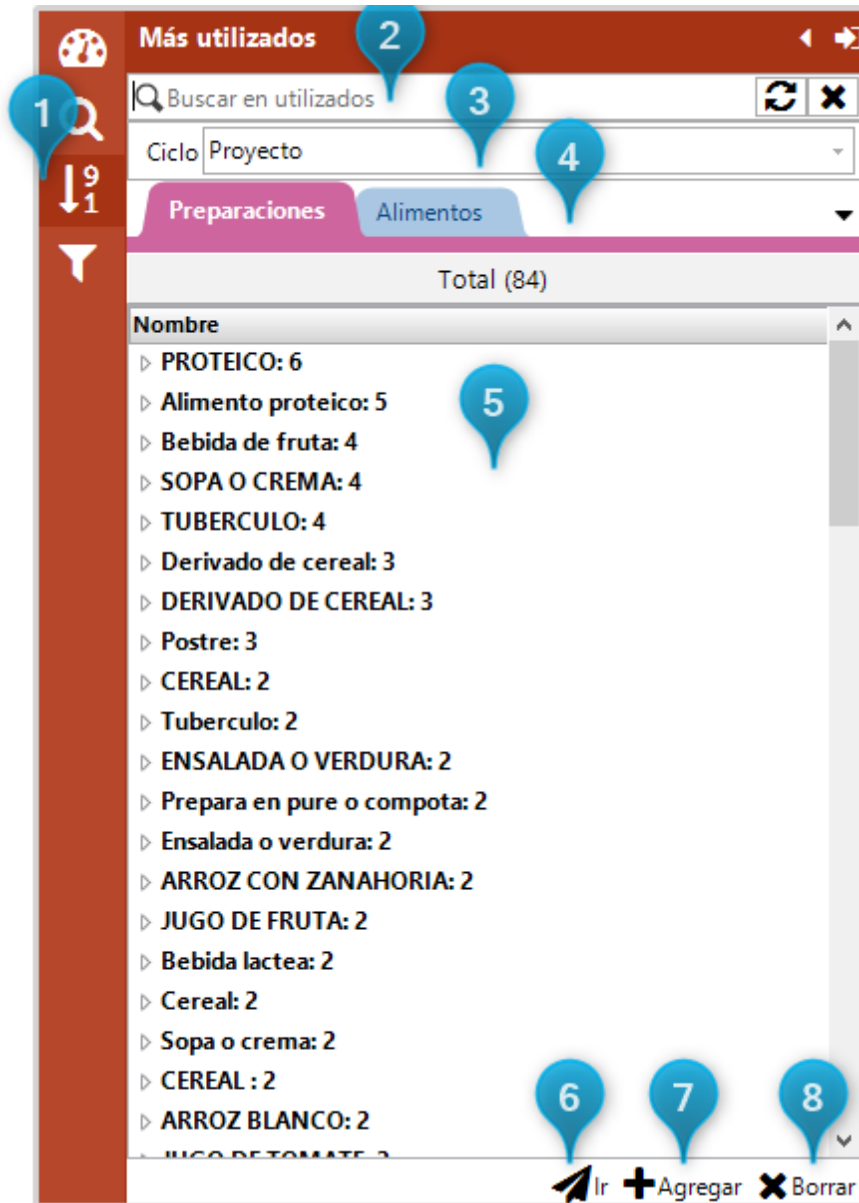
MenusPlus cuenta con una potente herramienta permite revisar rapidamente las preparaciones y los alimentos utilizados en el proyecto.

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.



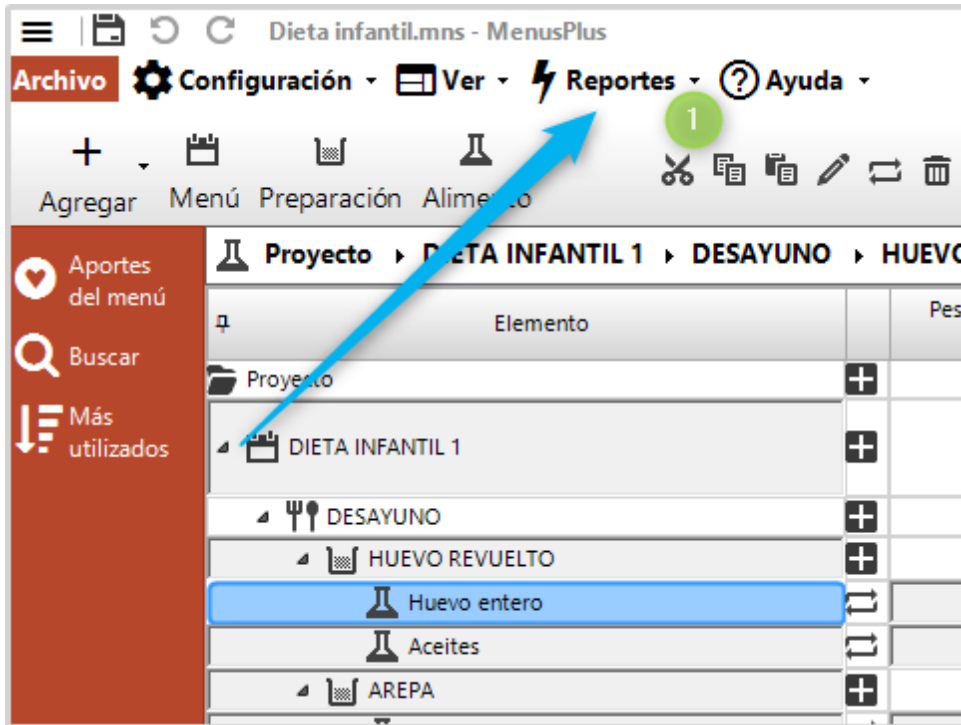
Tiene las siguientes opciones:

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 .

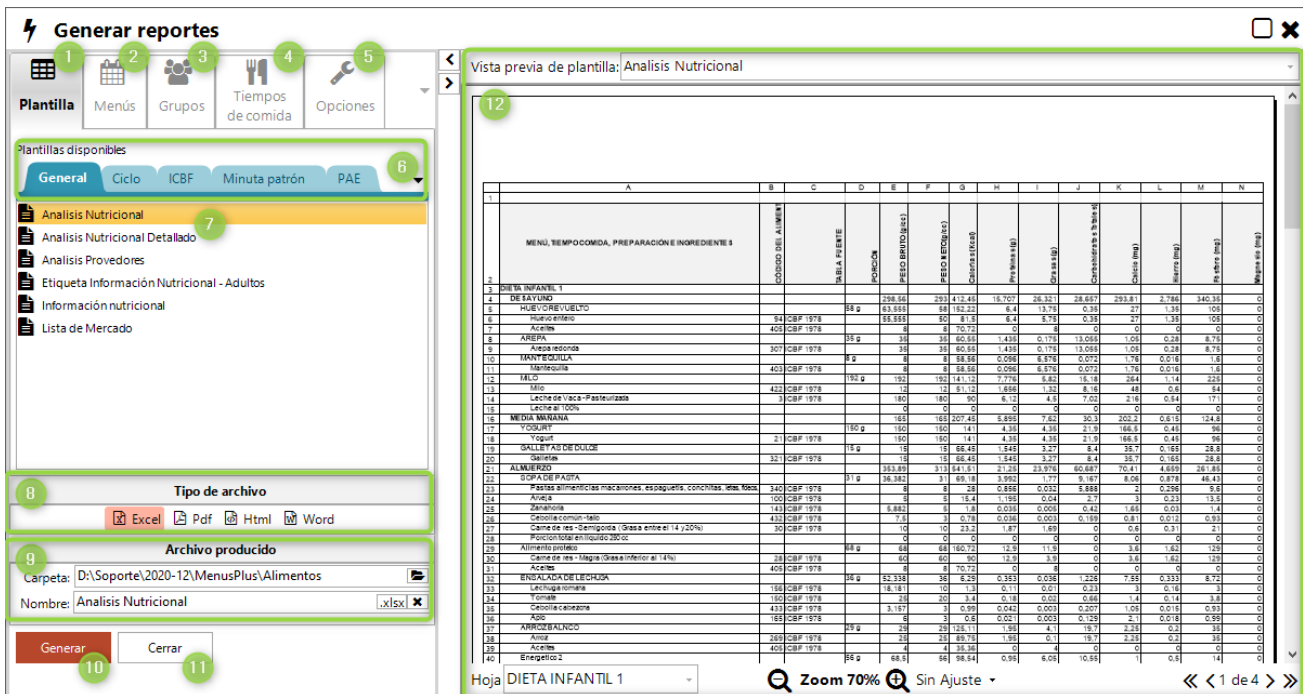
Generar reportes

Para generar reportes con la 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



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 específico. 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.



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

Módulo de Alimentos Personalizados

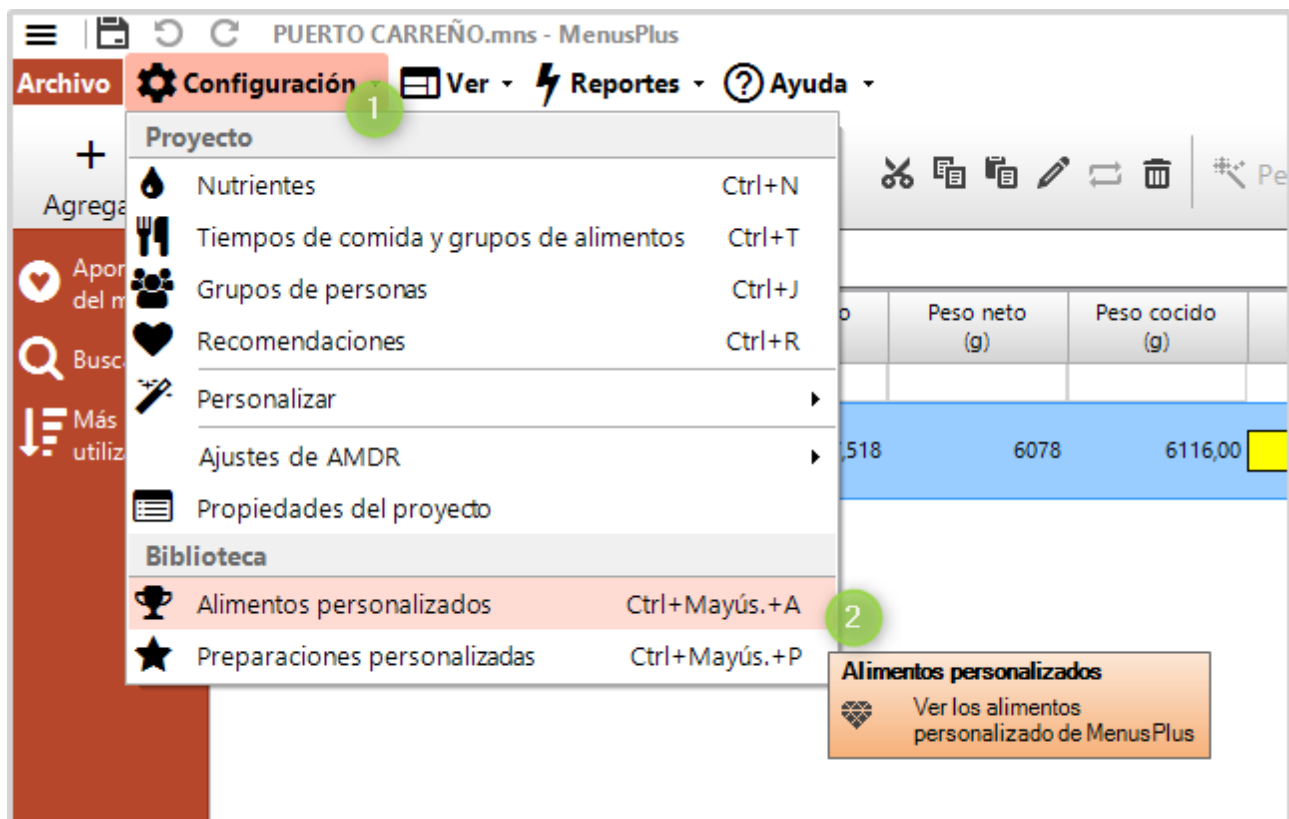
MenusPlus permite agregar alimentos que no estén en las tablas de composición química. Solo es necesario ingresar su información nutricional.

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**.



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

Alimentos personalizados (737)

Alimento personalizado

| Nombre | Código de referencia | Fuente principal | Peso unidad | Precio unidad | Factor cocido | Descripción |
|----------------------------------|--|------------------|-------------|---------------|---------------|----------------------|
| *Arándanos, salvaje, arbusto... | USDA SR 28 (2015) - 35029 - *Arándanos, salvaje, arbu... | | 1000 | | | Cranberries, wild... |
| *Bebidas, leche de coco, endu... | USDA SR 28 (2015) - 14171 - *Bebidas, leche de coco... | | 1000 | | | Beverages, coco... |
| *Crustáceos, camarón, especi... | USDA SR 28 (2015) - 15149 - *Crustáceos, camarón, es... | | 1000 | | | Crustaceans, shri... |
| *TACO BELL, Nachos | USDA SR 28 (2015) - 21268 - *TACO BELL, Nachos | | 1000 | | | TACO BELL, Nac... |
| ACEITE | TCAC 2018 - D001 - Aceite de ajonjolí o sésamo | | 1000 | | | |
| Aceite de girasol | NINGUNO | | 1000 | | | |
| 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 | | |
| Aceite vegetal | TCAC 2018 - D013 - Aceite, mezcla vegetal | | 1 | 4,3 | | |
| Aceite, de soya | TCAC 2015 - 374 - Aceite, de soya | | 1000 | | | |
| Aceite, refinado, de Maiz | TCAC 2015 - 379 - Aceite, refinado, de Maiz | | 24000 | 61000 | | Caja x 24 |
| Aceites | NINGUNO | | 1000 | | | |
| Acelgas, hojas, cruda | TCAC 2015 - 122 - Acelgas, hojas, cruda | | 10000 | 8000 | | Atado x 1 kg |
| ACHIOTE | NINGUNO | | 1000 | | | |
| Achiote, seco | TCAC 2018 - L001 - Achiote, seco | | 1000 | 1200 | | Semilla |
| Agente de levadura, bicarbon... | USDA SR 28 (2015) - 18372 - Agente de levadura, bicar... | | 1000 | | | Leavening agents... |
| Aguacate común | NINGUNO | | 1000 | | | |
| Aguacate Lorena, crudo | TCAC 2018 - C002 - Aguacate Lorena, crudo | | 1000 | 2000 | | Pulpa sin semilla |
| Aguacate Lorena, maduro, pul... | TCAC 2015 - 253 - Aguacate Lorena, maduro, pulpa | | 1000 | 4000 | | Granel |
| Ahuyama | NINGUNO | | 1000 | | | |

Inspector

General

Nombre: *Arándanos, salvaje, arbusto.
 Descripción: Cranberries, wild, bush, raw (
 Código referencia

Características

Alimento Fuente: USDA SR 28 (2015) - 35029 -
 % Parte comestible: 100
 Métodos de cocción: (Colección)
 Medidas caseras: (Colección)
 % Grasa vegetal
 % Proteína animal

Precio unidad de compra

Peso unidad (g): 1000
 Fecha precio: 17/01/2020 10:25 p. m.
 Precio unidad: 0

Unidad 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.
 - o **Cargar archivo:** Carga los alimentos personalizados de un archivo.
 - o **Copia de seguridad:** Crea una copia de seguridad de los alimentos personalizados.
 - o **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 la opción se muestra el siguiente formulario:

x
Crear alimento personalizado

+ Crear alimento personalizado

Identificación

Nombre: 1

Descripción: 2

Código: 3

Grupo de Alimentos: 4

5
12
13
14
15

Características

Alimento Fuente: 6 Buscar 🔍 Quitar ✕

Parte Comestible: 7

Nutrientes personalizados

8 9 10

8 + Agregar Nutrientes 9 Peso parte analizada (g)

| Nombre | Valor |
|--------|-------|
| | |
| | |
| | |
| | |

Origen del alimento 11 ^

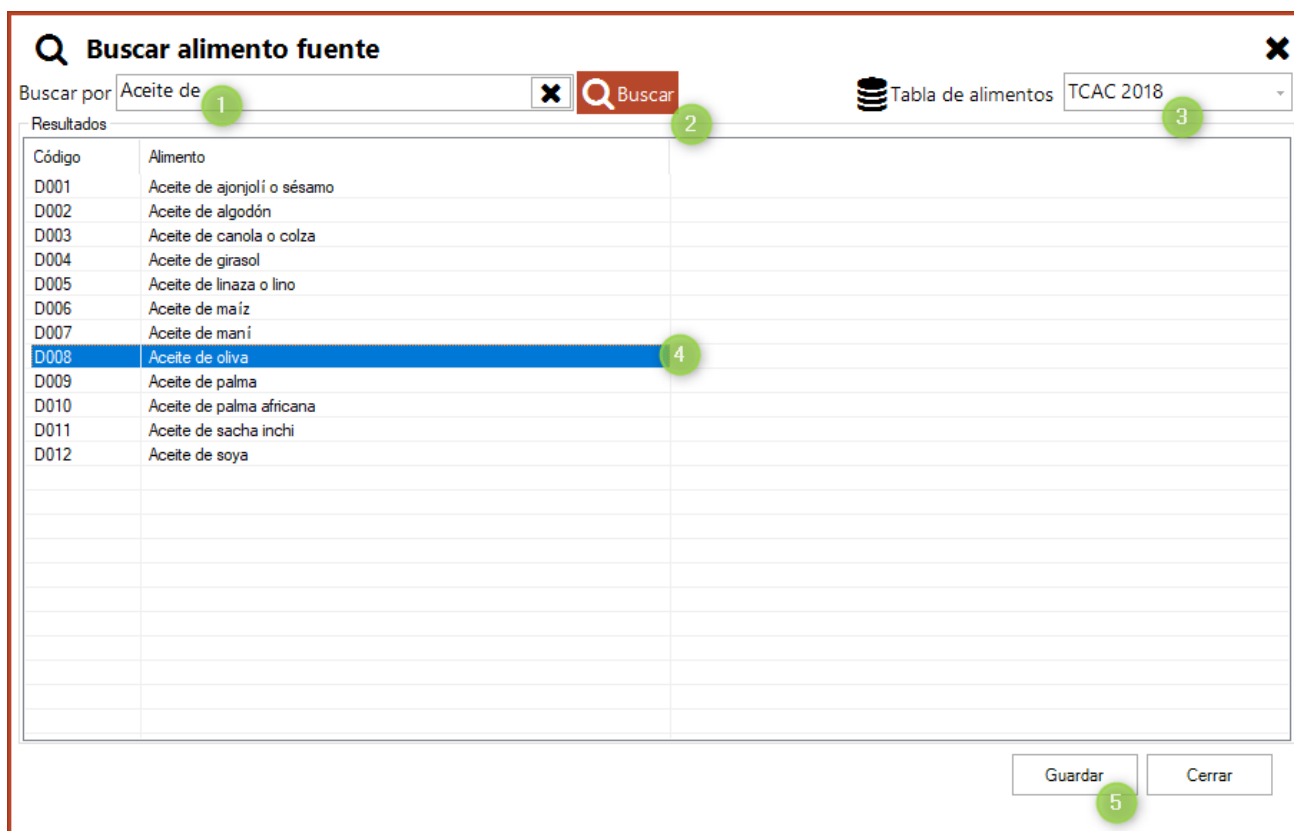
Guardar 16
Cerrar 17

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 personalizadas a la composición nutricional. Si el alimento tiene definido un "alimento fuente" los nutrientes personalizados reemplazan 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.
 - **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.

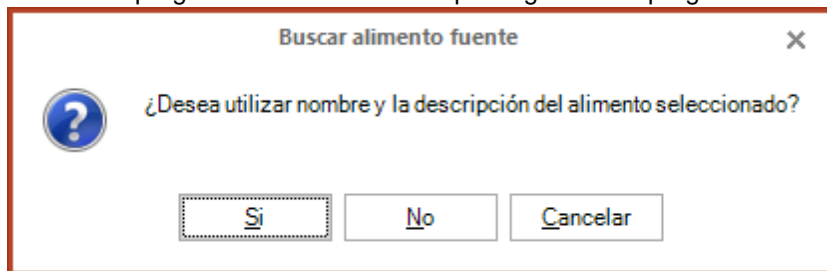
Buscar alimento fuente

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



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:



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 alimento personalizado

Identificación

Nombre:

Descripción:

Código:

Grupo de Alimentos:

Nutrientes
Precio
Medidas caseras
Factores cocido
Análisis 100 g

Características

Alimento Fuente: Buscar 🔍 Quitar ✕

Parte Comestible:

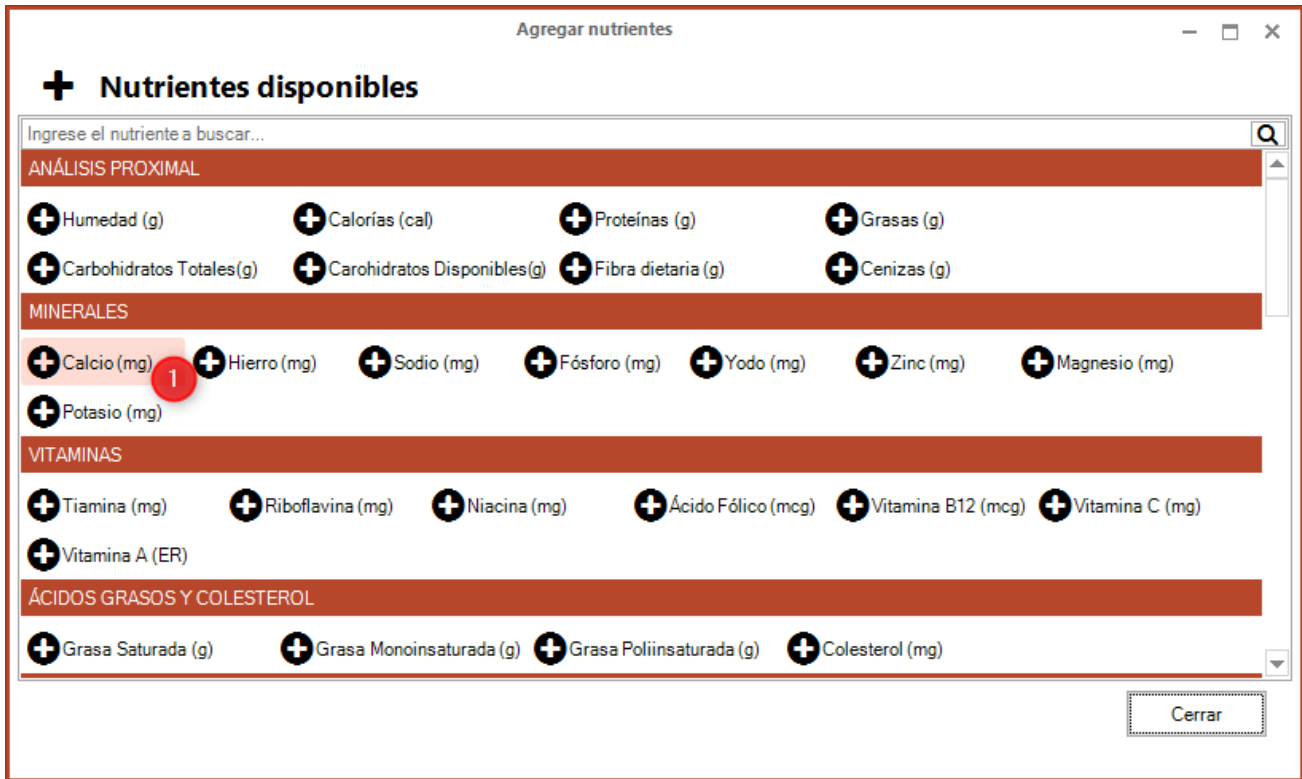
Nutrientes personalizados

+
Agregar Nutrientes
■ ■
Macronutrientes
Peso parte analizada (g)

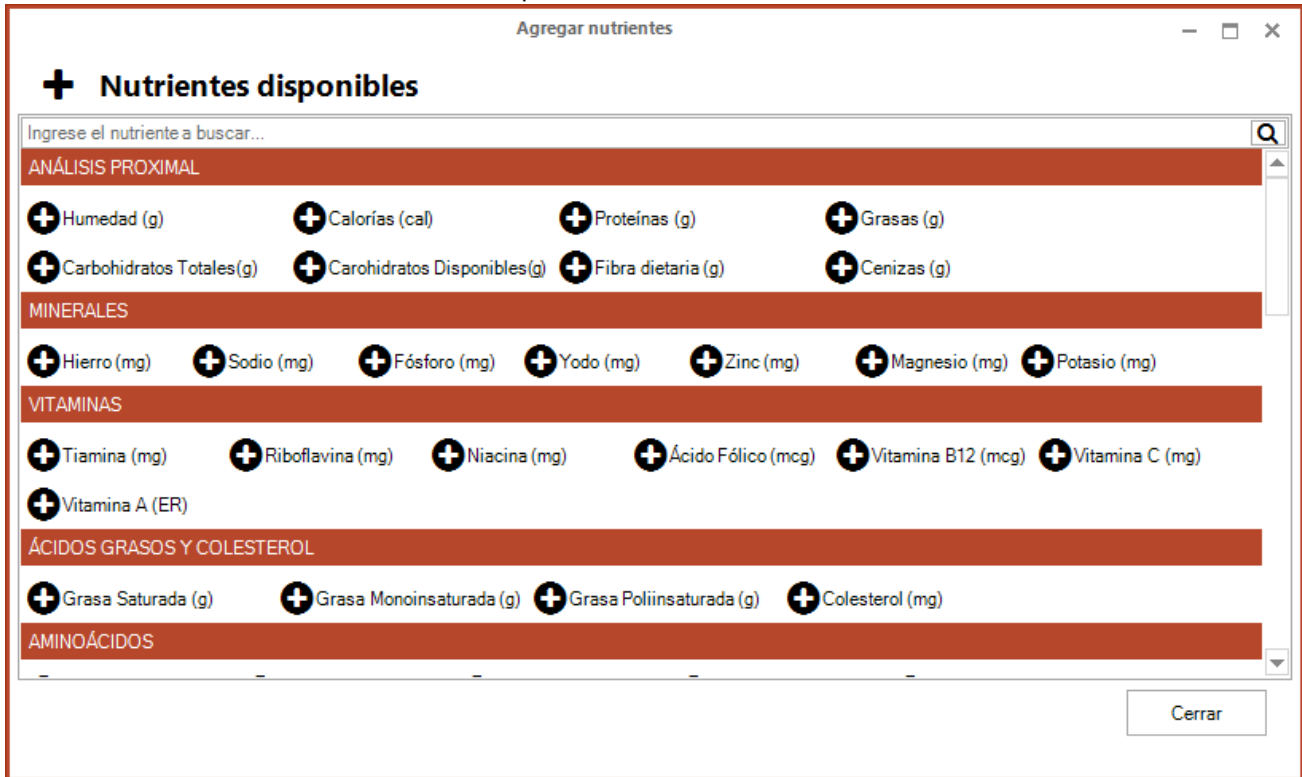
| Nombre | Valor | | | |
|--------------------|-------|--|--|--|
| (Empty table area) | | | | |

Origen del alimento ⤴

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:



Una vez seleccionado un nutriente este desaparece de la lista:



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

X
Crear alimento personalizado

+ Crear alimento personalizado

Identificación

Nombre:

Descripción:

Código:

Grupo de Alimentos:

Nutrientes
Precio
Medidas caseras
Factores cocido
Análisis 100g

Características

Alimento Fuente: Buscar 🔍 Quitar ✕

Parte Comestible:

Nutrientes personalizados



+ Agregar Nutrientes
Macronutrientes
Peso parte analizada (g)

| Nombre | Valor | |
|---------------|---------------------|--|
| ▶ Calcio (mg) | 0,0 - PERSONALIZADA | ✎ 🗑️ |

Origen del alimento

1. Ahora se puede 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:  

i 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

TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS

Buscar alimento:

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 |

Guardar

Cerrar

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 ×

Modificar alimento personalizado

Identificación

Nombre:

Descripción:

Código:

Grupo de Alimentos:

Nutrientes
Precio
Medidas caseras 1
Factores cocido
Análisis 100 g

+ -

| MEDIDAD CASERA | PESO (g) |
|----------------|----------|
| ración | 100 |

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

Factor cocido

Modificar alimento personalizado ×

Modificar alimento personalizado

Identificación

Nombre:

Descripción:

Código:

Grupo de Alimentos:

Nutrientes

Precio

Medidas caseras

1 Factores cocido

Análisis 100 g

+ -

| MÉTODO DE COCCIÓN | FACTOR COCIDO |
|-------------------|---------------|
| COCIDO | 0,63 |
| ASADO | 0,68 |
| HORNEADO | 0,64 |
| FRITURA | 0,59 |
| MOLIDA HERVIDA | 0,75 |

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.

- 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 a adicionar un nuevo alimento pero con la información actual del alimento:

Modificar alimento personalizado ✕

Modificar alimento personalizado

Identificación

Nombre:

Descripción:

Código:

Grupo de Alimentos:

Nutrientes
Precio
Medidas caseras
Factores cocido
Análisis 100 g

Características

Alimento Fuente: Buscar 🔍 Quitar ✕

Parte Comestible:

Nutrientes personalizados

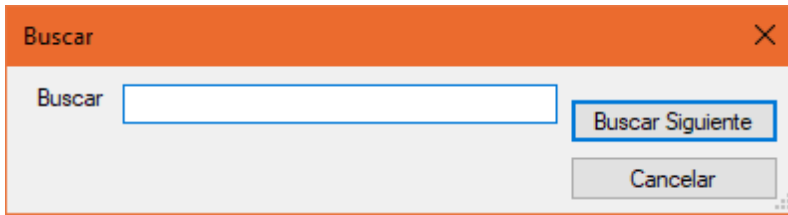
+ Agregar Nutrientes 📊 Macronutrientes
Peso parte analizada (g)

| Nombre | Valor | | | |
|--------|-------|--|--|--|
| | | | | |

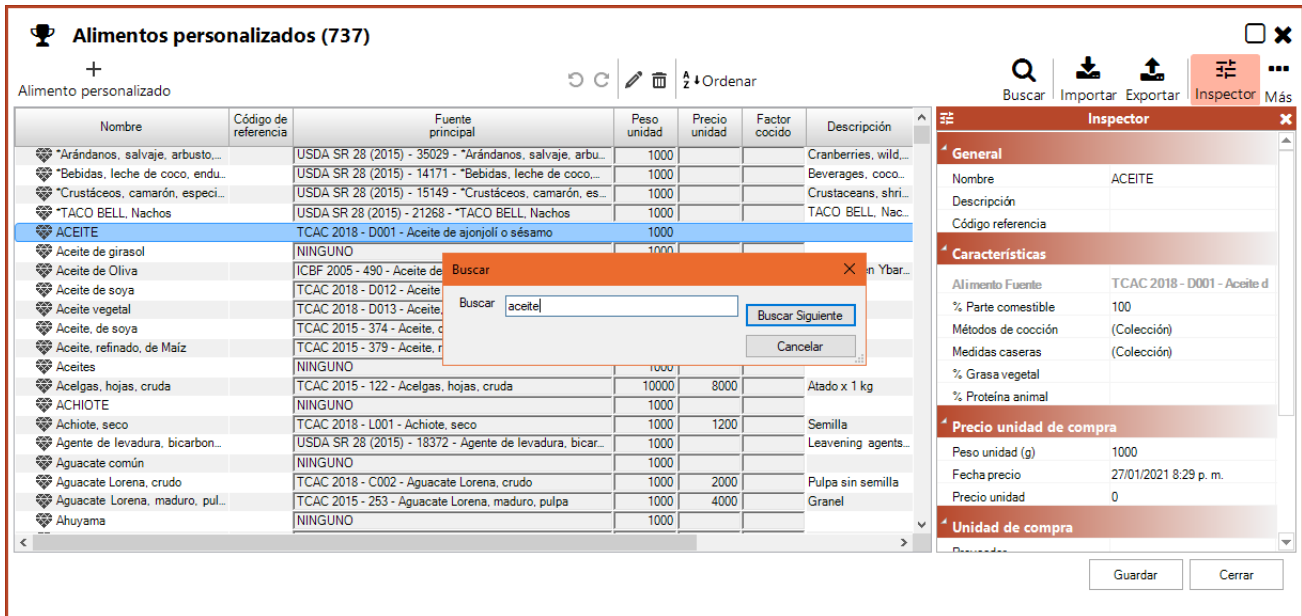
Origen del alimento ⬆

Buscar

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



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



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:

Este formulario tiene los siguientes campos:

1. **Selección 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.
 - **Descripción:** Columna donde se encuentra la descripción del alimento.
 - **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.
 - **Nombre unidad:** Columna donde se encuentra el nombre de la unidad de compra
 - **Marca:** Columna donde se encuentran los valores correspondientes a la marca
 - **Presentación:** Columna donde se encuentra la presentación
 - **Embalaje:** Columna correspondiente a los datos de embalaje
6. **Características:**
 - **Parte Comestible:** Columna donde se encuentra la parte comestible del alimento.
 - **Factor Proteína Animal:** Columna donde se encuentra el Factor Proteína Animal.

- **Factor Grasa Vegetal:** Columna donde se encuentra el Factor Grasa Vegetal.
 - **Método Cocción:** Columna donde se encuentran los métodos de cocción
 - **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:

| | A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M |
|---|--------------|----------|--------|------------------|--------------|---------------|---------------|------------------|------------------------|----------------------|-------|----------|-----------|
| | Nombre | Código | Precio | Unidad de Compra | Fecha Precio | Precio Mínimo | Precio Máximo | Parte Comestible | Factor Proteína Animal | Factor Grasa Vegetal | AGUA | CALORIAS | PROTEINAS |
| 1 | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | | |

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).

Importar alimentos desde archivo Excel

Opciones de importación

Seleccione el archivo

[Ejemplo-importar-alimentos-personalizados.xlsx](#)

Ubicación de información

Fila inicial: 2

Asociar columnas

General Precio Características Nutrientes

Nombre: A

Descripción: -NO APLICA-

Código: B

Fuente: -NO APLICA-

Código fuente: -NO APLICA-

Cargar opciones Guardar opciones

Importar Cerrar

| Nombre | Código | Precio | Unidad de Compra | Fecha Precio | Precio Mínimo | Precio Máximo | Punto de Compra | Factor Proteína Mínima | Factor Proteína Máximo | Factor Grasa Digestif | AGUA | CALORIAS | PROTEINAS |
|----------------------|--------|---------|------------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|------------------------|------------------------|-----------------------|-------|----------|-----------|
| Compost | | 1000 | | | | 900 | 1000 | | | | 12.30 | 15.40 | 75.20 |
| Zumo | | 1000000 | 07/10/2008 | | | | | 80.00 | | | 13.50 | 16.40 | 76.70 |
| Agua | | 1000000 | | | | | | | | 0.30 | 0.40 | 1.80 | 390 |
| HarinaOliva PTAGAR12 | | | | | | | | | | | | | |
| Pan | | 200 | | 10/10/2008 | | | | | | | 10.00 | 20.00 | 90.00 |

Hoja: Hoja1

Zoom 45% Sin Ajuste

<< 1 de 1 >>

Para la pestaña de precios:

Opciones de importación

Seleccione el archivo

Ejemplo-importar-alimentos-personalizados.xlsx

Ubicación de información

Fila inicial:

Asociar columnas

General

Precio

Características

Nutrientes

| | |
|---|-------------|
| <input type="checkbox"/> Precio unidad: | C |
| <input type="checkbox"/> Peso unidad (g): | D |
| <input type="checkbox"/> Fecha precio: | F |
| <input type="checkbox"/> Nombre unidad: | -NO APLICA- |
| <input type="checkbox"/> Marca: | -NO APLICA- |
| <input type="checkbox"/> Presentación: | -NO APLICA- |
| <input type="checkbox"/> Embalaje: | -NO APLICA- |

Cargar opciones
 Guardar opciones

Importar

Cerrar

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:

Asociar columnas

General | Precio | **Características** | Nutrientes

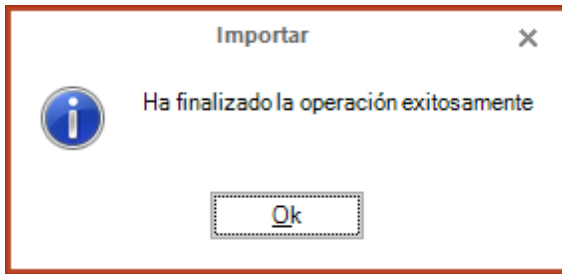
| | | |
|--|-------------------------|--|
| | Parte comestible (PC): | <input type="text" value="H"/> |
| | Factor proteína animal: | <input type="text" value="I"/> |
| | Factor grasa vegetal: | <input type="text" value="J"/> |
| | Método de cocción: | <input type="text" value="-NO APLICA-"/> |
| | Factor cocido: | <input type="text" value="-NO APLICA-"/> |
| | Patrón de medida: | <input type="text" value="-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.

Alimentos personalizados (734)

+ Alimento personalizado |

| Nombre | Código de referencia | Fuente principal |
|--------------|----------------------|------------------|
| Queso | NINGUNO | |
| Yogurt | NINGUNO | |
| Aceite Oliva | FTAGUA... | NINGUNO |

Inspector

General

Nombre: *Arándanos, salvaje, arbusto.
 Descripción: Cranberries, wild, bush, raw (
 Código referencia:

Características

Alimento Fuente: USDA SR 28 (2015) - 35029 -
 % Parte comestible: 100
 Métodos de cocción: (Colección)
 Medidas caseras: (Colección)
 % Grasa vegetal:
 % Proteína animal:

Precio unidad de compra

Peso unidad (g): 1000
 Fecha precio: 17/01/2020 10:25 p. m.
 Precio unidad: 0

Unidad de compra

Proveedor:

Guardar Cerrar

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)**"

Alimentos personalizados (737)

Alimento personalizado

| Nombre | Código de referencia |
|----------------------------------|-----------------------|
| *Arándanos, salvaje, arbusto,... | USDA SR 28 (27 |
| *Bebidas, leche de coco, endu... | USDA SR 28 (27 |
| *Crustáceos, camarón, especi... | USDA SR 28 (27 |
| *TACO BELL, Nachos | USDA SR 28 (20 |
| ACEITE | TCAC 2018 - D0 |
| Aceite de girasol | NINGUNO |
| Aceite de Oliva | ICBF 2005 - 490 |
| Aceite de soya | TCAC 2018 - D0 |
| Aceite vegetal | TCAC 2018 - D0 |
| Aceite, de soya | TCAC 2015 - 37 |
| Aceite, refinado, de Maíz | TCAC 2015 - 37 |
| Aceites | NINGUNO |
| Acelgas, hojas, cruda | TCAC 2015 - 12 |
| ACHIOTE | NINGUNO |
| Achiote, seco | TCAC 2018 - L0 |
| Agente de levadura, bicarbon... | USDA SR 28 (27 |
| Aguacate común | NINGUNO |
| Aguacate Lorena, crudo | TCAC 2018 - C0 |
| Aguacate Lorena, maduro, pul... | TCAC 2015 - 25 |
| Ahuyama | NINGUNO |

General

Nombre
Descripción
Código referencia

Características

| | |
|--------------------|-----------------------------|
| Alimento Fuente | TCAC 2018 - D001 - Aceite d |
| % Parte comestible | 100 |
| Métodos de cocción | (Colección) |
| Medidas caseras | (Colección) |
| % Grasa vegetal | |
| % Proteína animal | |

Precio unidad de compra

| | |
|-----------------|-----------------------|
| Peso unidad (g) | 1000 |
| Fecha precio | 27/01/2021 8:29 p. m. |
| Precio unidad | 0 |

Unidad de compra

Guardar Cerrar

Guardar como
Cargar archivo
Cargar alimentos personalizados
Cargar los alimentos personalizados de un archivo

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

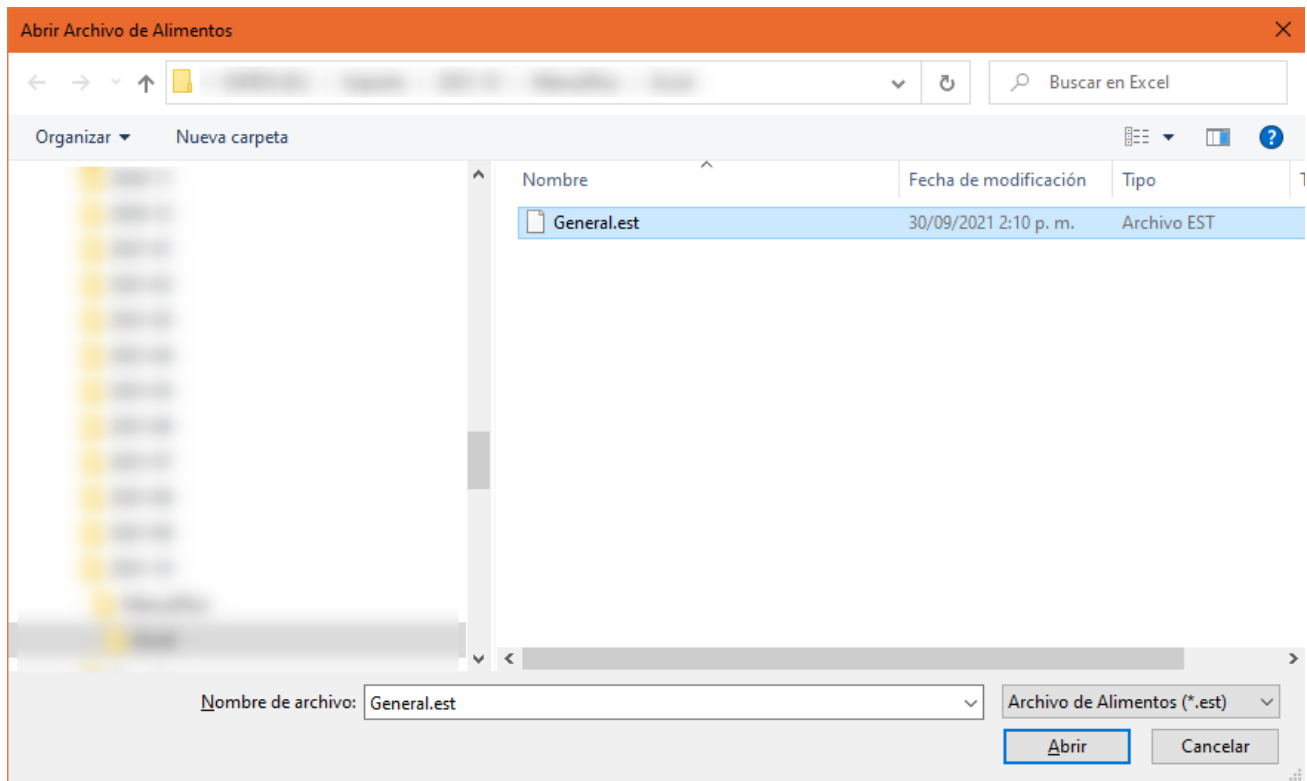
Atención

La operación reemplazará el archivo de Alimentos Personalizados. ¿Desea continuar?

Si No

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



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 personalizados (737)

Alimento personalizado

| Nombre | Código de referencia |
|----------------------------------|---------------------------|
| *Arándanos, salvaje, arbusto,... | USDA SR 28 (2015) |
| *Bebidas, leche de coco, endu... | USDA SR 28 (2015) |
| *Crustáceos, camarón, especi... | USDA SR 28 (2015) |
| *TACO BELL, Nachos | USDA SR 28 (2015) |
| ACEITE | TCAC 2018 - D001 - |
| Aceite de girasol | NINGUNO |
| Aceite de Oliva | ICBF 2005 - 490 - Ac |
| Aceite de soya | TCAC 2018 - D012 - |
| Aceite vegetal | TCAC 2018 - D013 - |
| Aceite, de soya | TCAC 2015 - 374 - |
| Aceite, refinado, de Maíz | TCAC 2015 - 379 - |
| Aceites | NINGUNO |
| Acelgas, hojas, cruda | TCAC 2015 - 122 - A |
| ACHIOTE | NINGUNO |
| Achiote, seco | TCAC 2018 - L001 - |
| Agente de levadura, bicarbon... | USDA SR 28 (2015) |
| Aguacate común | NINGUNO |
| Aguacate Lorena, crudo | TCAC 2018 - C002 |
| Aguacate Lorena, maduro, pul... | TCAC 2015 - 253 - |
| Ahuyama | NINGUNO |

General

- Nombre
- Descripción
- Código referencia

Características

| | |
|--------------------|--------------------|
| Alimento Fuente | TCAC 2018 - D001 - |
| % Parte comestible | 100 |
| Métodos de cocción | (Colección) |
| Medidas caseras | (Colección) |
| % Grasa vegetal | |
| % Proteína animal | |

Precio unidad de compra

| | |
|-----------------|-----------------------|
| Peso unidad (g) | 1000 |
| Fecha precio | 27/01/2021 8:29 p. m. |
| Precio unidad | 0 |

Unidad de compra

Guardar Cerrar

Copia de seguridad
Crea una copia de seguridad de los alimentos personalizados

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

Copia de seguridad

Ingrese el nombre de la copia de seguridad

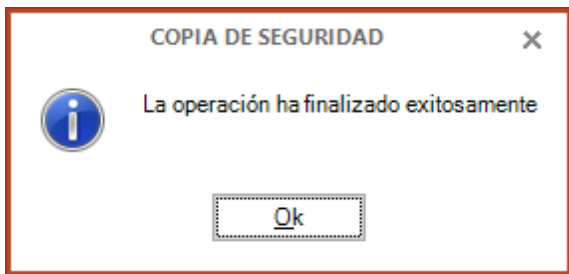
Alimentos

OK Cancel

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

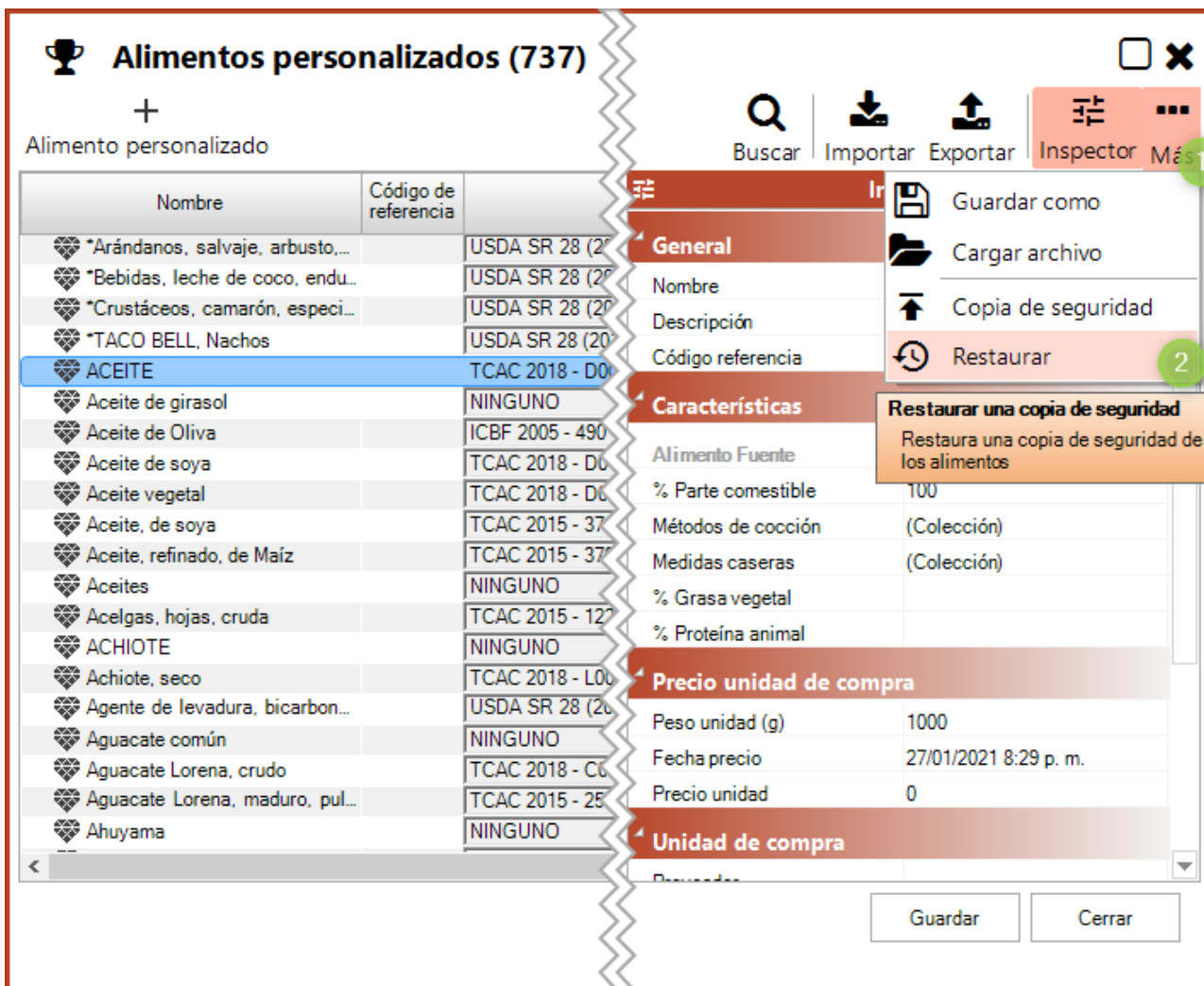
Al dar clic sobre la opción "Cancel" el sistema no realiza ninguna acción.

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)"



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

🔄 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 |

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:

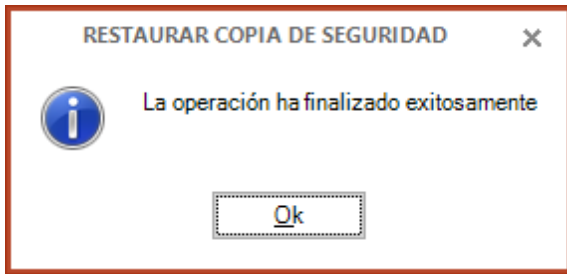
Atención ✕

¿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 seguridad.

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

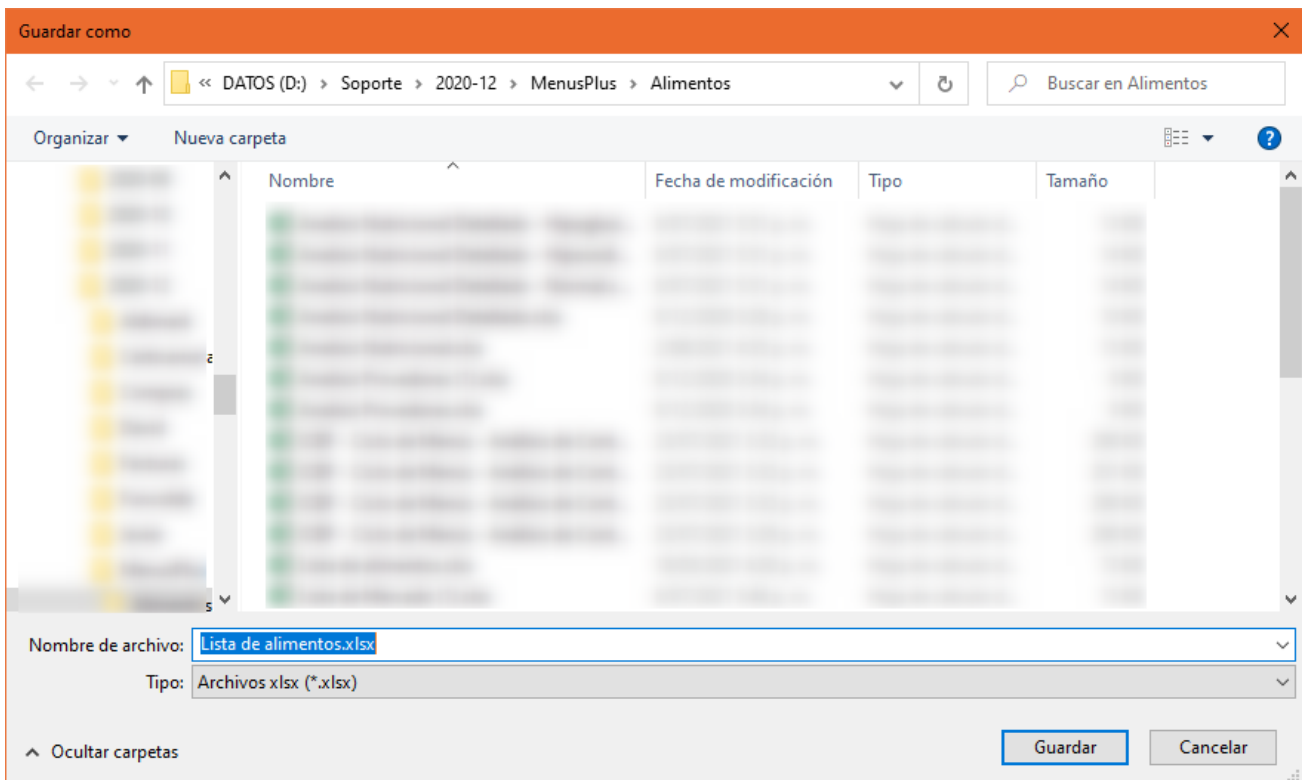
Si se selecciona la opción "Ok" y la operación fue exitosa, el sistema muestra el siguiente mensaje:



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:



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

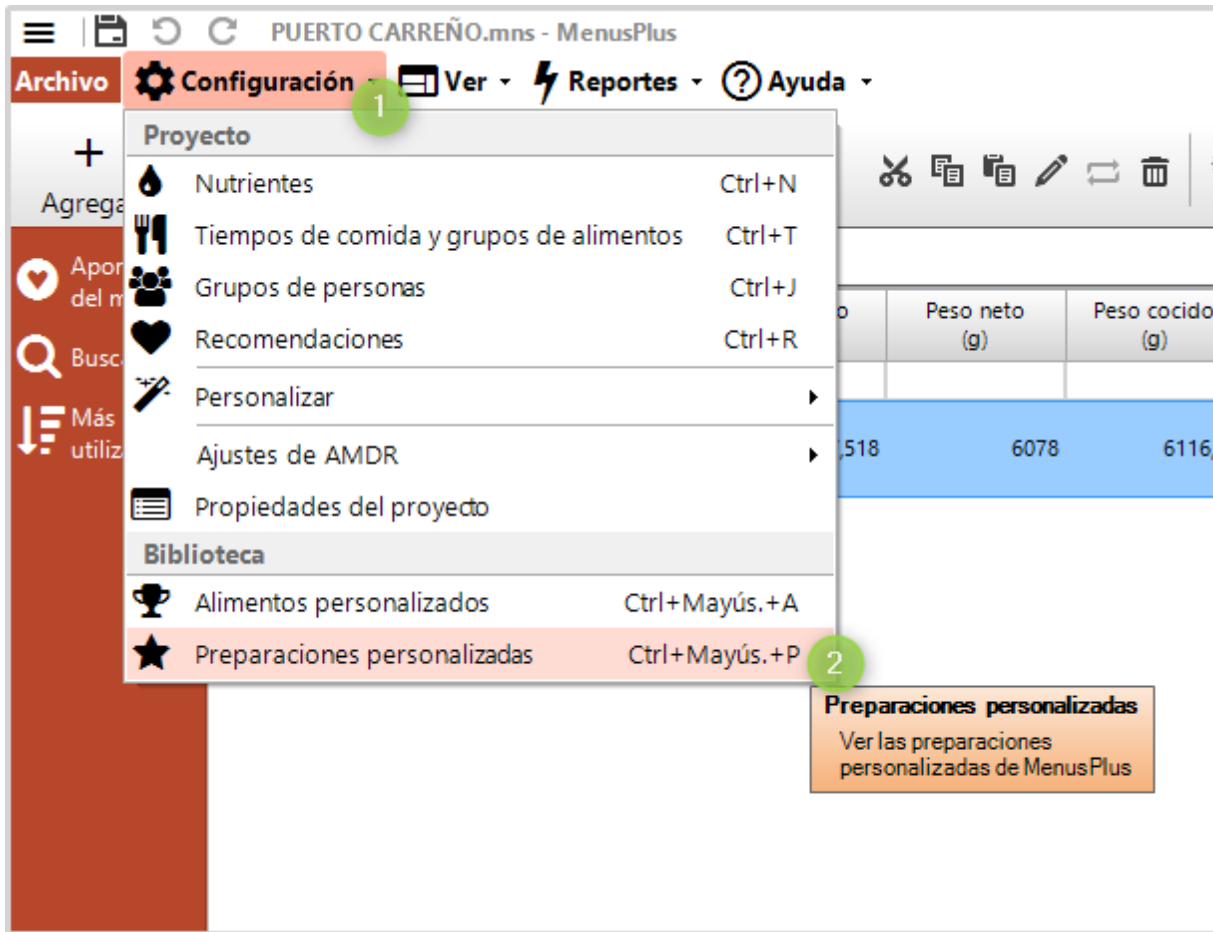
Módulo Preparaciones Personalizadas

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

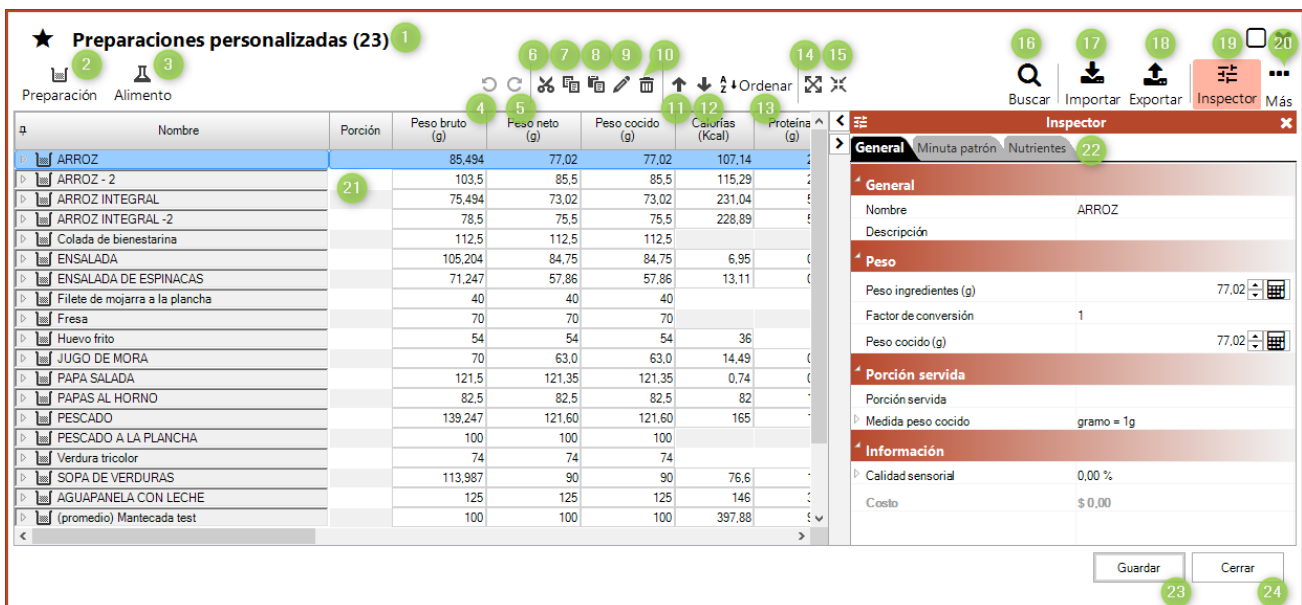
Esto evita, por ejemplo, que se tenga que crear varias veces preparaciones que son utilizadas constantemente en diferentes menús o proyectos.

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

utilizar el método abreviado **CTRL + MAYÚS + P**.



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




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



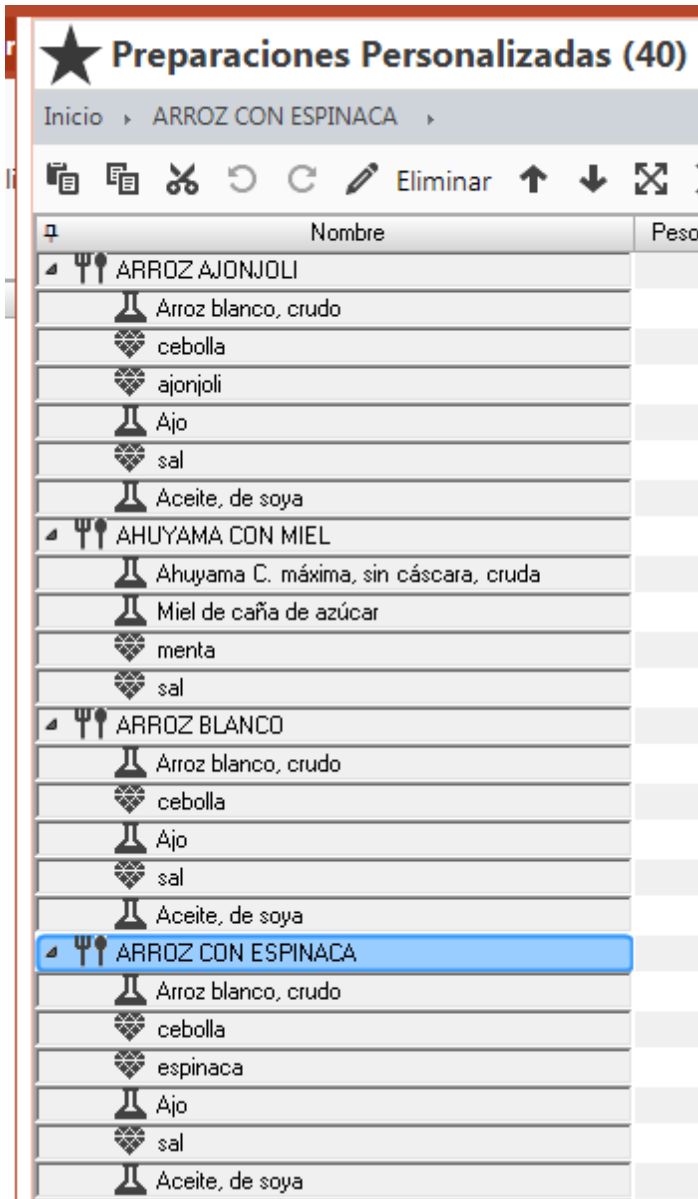
La opción  (expandir) permite expandir todo el contenido de los elementos. A continuación se muestran imágenes antes y después de usar esta opción:

★ **Preparaciones Personalizadas (40)**

Inicio >







 Eliminar
 




| ♀ | Nombre | Peso |
|---|---|------|
| ▷ | 🍴 ARROZ AJONJOLI | |
| ▷ | 🍴 AHUYAMA CON MIEL | |
| ▷ | 🍴 ARROZ BLANCO | |
| ▷ | 🍴 ARROZ CON ESPINACA | |
| ▷ | 🍴 ARROZ PAJARITO | |
| ▷ | 🍴 BANANO X 93 G | |
| ▷ | 🍴 CARNE DE RES A LAS FINAS HIERBAS | |
| ▷ | 🍴 CARNE DE RES AL CILANTRO CON MAIZ | |
| ▷ | 🍴 CARNE DE RES GUISADA | |
| ▷ | 🍴 CHOCOLATE | |
| ▷ | 🍴 ENSALADA DE LECHUGA, MANZANA Y APIO | |
| ▷ | 🍴 ENSALADA DE ZANAHORIA, MANZANA Y PIÑA | |



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

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

coincidencia en la grilla:

The screenshot shows the 'Preparaciones personalizadas (23)' window. A table lists various food items with their respective weights and nutritional values. The 'Inspector' window is open for 'Huevo frito', showing details like 'Nombre', 'Descripción', 'Peso', 'Porción servida', and 'Información'.

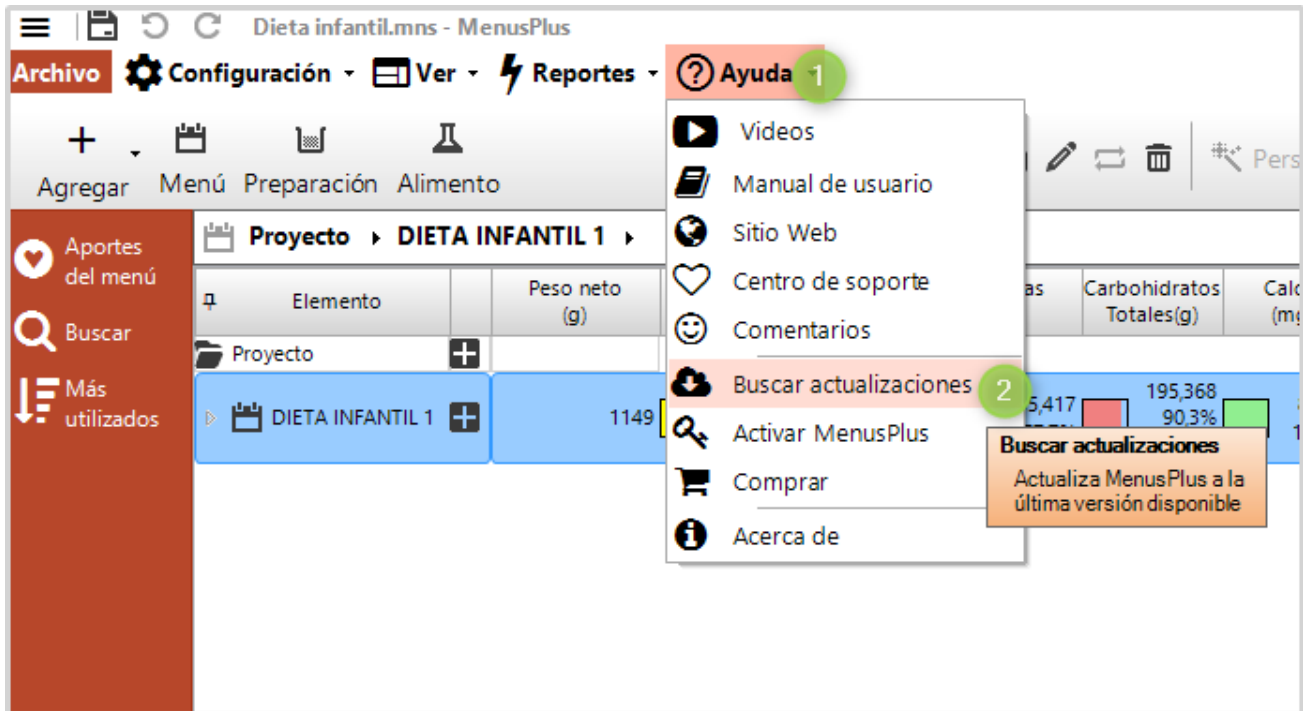
| # | Nombre | Porción | Peso bruto (g) | Peso neto (g) | Peso cocido (g) | Calorías (Kcal) | Proteína (g) |
|----|--------------------------------|---------|----------------|---------------|-----------------|-----------------|--------------|
| 1 | ARROZ | | 85,494 | 77,02 | 77,02 | 107,14 | |
| 2 | ARROZ - 2 | | 103,5 | 85,5 | 85,5 | 115,29 | |
| 3 | ARROZ INTEGRAL | | 75,494 | 73,02 | 73,02 | 231,04 | |
| 4 | ARROZ INTEGRAL - 2 | | 78,5 | 75,5 | 75,5 | 228,89 | |
| 5 | Colada de bienestarina | | 112,5 | 112,5 | 112,5 | | |
| 6 | ENSALADA | | | | | | |
| 7 | ENSALADA DE ESPINACAS | | | | | | |
| 8 | Filete de mojarra a la plancha | | | | | | |
| 9 | Fresa | | | | | | |
| 10 | Huevo frito | | | | | | |
| 11 | JUGO DE MORA | | | | | | |
| 12 | PAPA SALADA | | 121,5 | 121,35 | 121,35 | 0,74 | |
| 13 | PAPAS AL HORNO | | 82,5 | 82,5 | 82,5 | 82 | |
| 14 | PESCADO | | 139,247 | 121,60 | 121,60 | 165 | |
| 15 | PESCADO A LA PLANCHA | | 100 | 100 | 100 | | |
| 16 | Verdura tricolor | | 74 | 74 | 74 | | |
| 17 | SOPA DE VERDURAS | | 113,987 | 90 | 90 | 76,6 | |
| 18 | AGUAPANELA CON LECHE | | 125 | 125 | 125 | 146 | |
| 19 | (promedio) Mantequilla test | | 100 | 100 | 100 | 397,88 | |

Actualizando MenusPlus

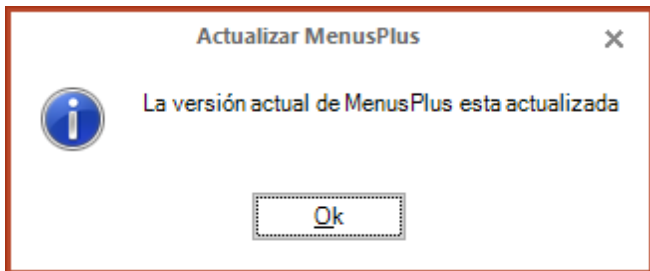
Esta funcionalidad permite descargar la última versión de MenusPlus. Para verificar si hay actualizaciones de MenusPlus se puede seleccionar la siguiente opción en " Archivo> Inicio":

The screenshot shows the main application window with a sidebar menu. The 'Inicio' option is highlighted with a blue arrow, indicating the path to check for updates.

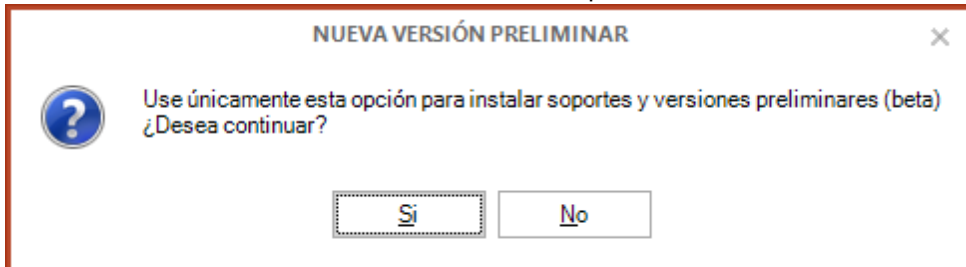
También puede buscar la actualización en "Ayuda(1)> Buscar actualizaciones(2)":



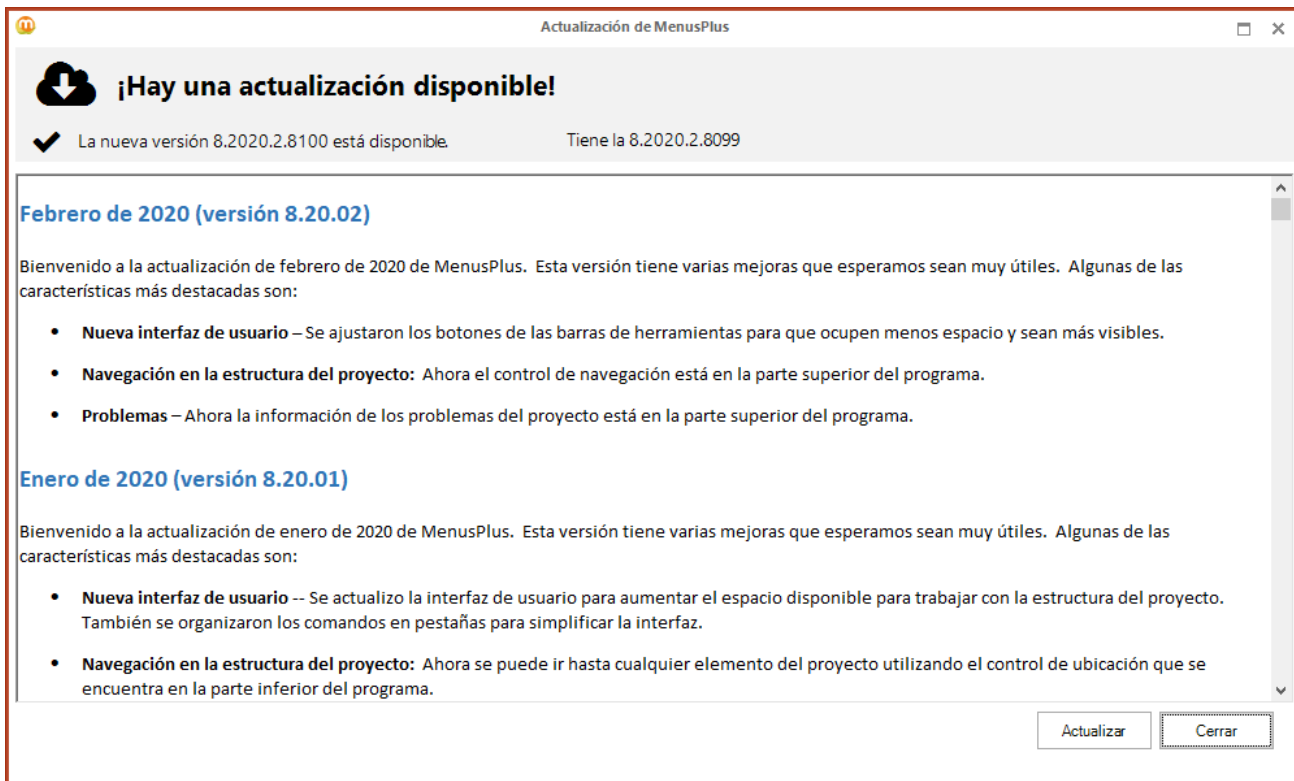
Al dar clic en la opción, si el programa que se está utilizando corresponde a la última versión de MenusPlus, se muestra la siguiente ventana:



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



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



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 detalles | CTRL+1 |
| Vista de ciclo de menús | CTRL+2 |
| Vista de grupos de personas | CTRL+3 |
| Configuración y mas opciones | CTRL+. |

Agregar

| Para realizar esta acción | Presione |
|--------------------------------|----------|
| Agregar una semana | CTRL+S |
| Agregar un menú | CTRL+M |
| Agregar una preparación | CTRL+P |
| Agregar un alimento | 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 | TAB |
| 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 Recomendaciones 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 Preparaciones personalizadas. | CTRL+MAYÚS+P |

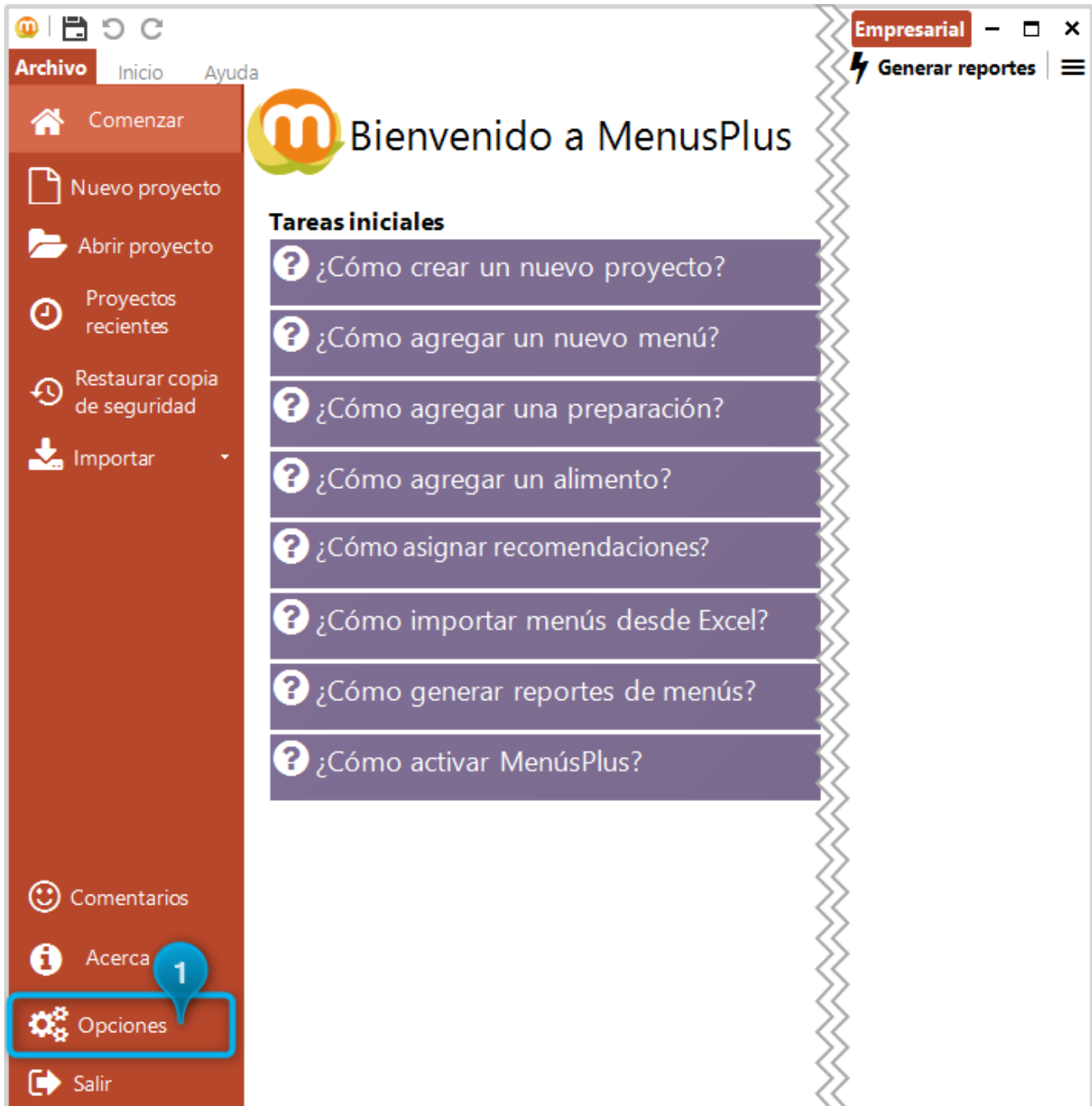
Ver

| 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 Buscar | CTRL+ B |
| Muestra el panel de Más utilizados | CTRL + U |
| Mostrar u ocultar panel de Problemas | CTRL + E |
| Mostrar el siguiente problema en el área de trabajo. | CTRL + MAYÚS + E |
| Muestra el panel de Filtrar tablas de alimentos | CTRL + F |

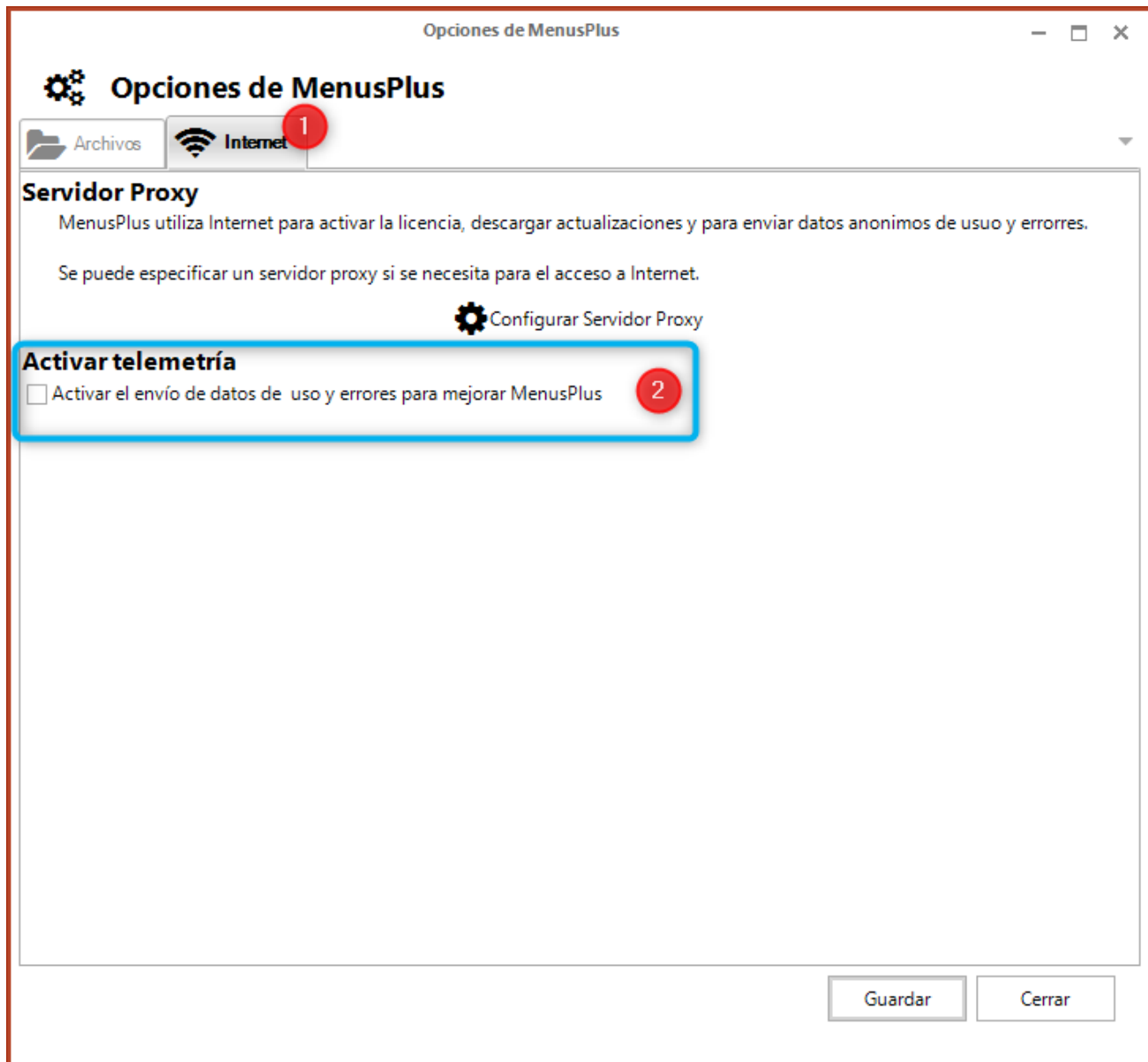
Deshabilitar envío de datos de uso

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):



Anexos

Variables

Para la generación de reportes, gráficos y en general para manejar la información nutricional del contenido de un menú, MenuPlus utiliza una serie 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. Estearico (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) |

| | |
|------------------|---------------------------|
| CHO | Carbohidratos (g) |
| CISTEINA | Cisteína (mg) |
| COLORO | 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 | Proteína 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 contrario |
| 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 química 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.
- Manganeseo
- 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
- Energía
- Agua
- Proteínas
- 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: <http://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
- Manganeseo
- Seleccion

- Vitamina C
- Tiamina
- Riboflavina
- NiacinaAcido Pantotenico
- Vitamina B6
- Folato total
- Acido Folico
- Folato de comida
- Folato en equivalentes de folato
- Vitamina B12
- Vitamina A UI
- Vitamina A ER
- Retinol
- Vit E
- Vit K
- Alfa caroteno
- Beta caroteno
- Beta cryptoxanthin
- Lycopene
- Lutein mas Zeaxanthin
- 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 Standard 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 contenedor 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 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 automáticamente el

porcentaje de grasa animal y grasa vegetal del alimento.

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.