

## INSTRUCCIONES PARA LLENAR ESTE CUADERNO

En este cuaderno se deben anotar los alimentos y bebidas adquiridos para el consumo del hogar durante un periodo de 7 días correspondientes a las fechas indicadas en la carátula.

El cuaderno tiene 14 páginas y el hogar puede utilizar dos o más páginas para cada día.

Cada página se debe identificar anotando en el recuadro de la parte superior el número y el orden del día. Por ejemplo: si el hogar empezó a llenar el cuaderno un día martes éste será el primer día y se anotará así:

Número de orden del día Primero

Día de la semana Martes

En la página correspondiente a cada día se deben registrar los artículos adquiridos por el hogar (bien sea al fiado o de contado) tales como:

Alimentos preparados o sin preparar, comidas consumidas fuera del hogar, bebidas alcohólicas y no alcohólicas, cigarrillos, combustibles de uso doméstico y gasolina para el vehículo de la familia, periódicos, loterías, transporte urbano, llamadas telefónicas, etc.

Si los alimentos han sido tomados de un negocio familiar (como una tienda o panadería) o traídos de la finca sin pagarlos también se deben anotar.

Si el hogar hace mercado, alguno de los días de la semana, deberá registrar todos los artículos que compró.

Para cada artículo se anotará el nombre, la cantidad y el precio total.

Ejemplo:

el segundo día, miércoles, el hogar compró:

1/2	arropa de papa	1	Coca-cola litro
1	pollo asado	2	bolsas de leche litro
1	frasco de mermelada de 350 gramos	1	paquete de cigarrillos
1	libra de sal	1	lornito de dos libras
6	naranjas	3	panes de \$ 100.00

y trajeron de la finca un racimo de 32 plátanos.

Estos alimentos se anotarán como aparece en la siguiente página.