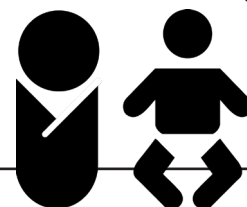




Oficina de Michigan  
139 W. Lake Lansing Rd., Suite 120 • East Lansing, MI 48823  
Teléfono: (800) 234-3287 • FAX: (517) 332-5543

Oficina de Illinois  
4415 W. Harrison St., Suite 535 • Hillside, IL 60162  
Teléfono: (800) 284-5273 • FAX: (708) 236-0872

www.acdkids.org



# EXIGENCIAS DEL PATRÓN DE COMIDA PARA INFANTES

<b>Nacimiento hasta los 5 meses</b>	<b>Entre 6 y 11 meses</b>
<b>Desayuno, almuerzo y cena</b>	
4-6 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula <sup>2</sup>	6-8 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula <sup>2</sup> ; y  <b>Cuando su desarrollo lo permita</b> 0-4 cucharadas de cereal para infantes <sup>2,3,4</sup> , carne, pescado, pollo, huevo entero, frijoles o chícharos cocidos, o 0-2 onzas de queso; o 0-4 onzas (por volumen) de requesón; o 0-4 onzas o 1/2 taza de yogur <sup>5</sup> ; o una combinación de las anteriores; y  0-2 cucharadas de verduras o frutas o una combinación de ambas <sup>7</sup>
<b>Merienda</b>	
4-6 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula <sup>2</sup>	2-4 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula <sup>2</sup> ; y  <b>Cuando su desarrollo lo permita</b> 0-1/2 rebanada de pan <sup>4</sup> ; o 0-2 galletas <sup>3,4</sup> ; o 0-4 cucharadas de cereal para infantes <sup>2,3,4</sup> o cereal preparado de desayuno <sup>3,4,6</sup> ; y  0-2 cucharadas de verduras o frutas o una combinación de ambas <sup>7</sup>

<sup>1</sup> La leche materna o la fórmula infantil —o porciones de ambas— pueden servirse; no obstante, se recomienda que se sirva leche materna en lugar de fórmula infantil entre el nacimiento hasta los 11 meses. A algunos bebés amamantados que regularmente consumen menos de la cantidad mínima de leche materna por comida, se le puede ofrecer una porción menor de leche materna y luego ofrecerle otra porción si el bebé consume más.

<sup>2</sup> La fórmula infantil y el cereal seco para infantes deben ser fortificados con hierro.

<sup>3</sup> A partir del 1 de octubre de 2019, se usarán onzas equivalentes para determinar la cantidad acreditable de granos.

<sup>4</sup> Una porción de granos debe ser comida o harina enriquecidas con granos integrales.

<sup>5</sup> El yogur debe contener no más de 23 gramos de azúcares totales por cada 6 onzas.

<sup>6</sup> Los cereales de desayuno deben contener no más de 6 gramos de azúcar por onza seca (21.2 gr de azúcar por 100 gr de cereal seco).

<sup>7</sup> A los infantes no se les pueden servir jugos de frutas ni de verduras.

*Este proyecto es financiado al menos en parte con fondos del USDA a través del Departamento de Educación de Michigan y/o de la Junta de Educación del Estado de Illinois.*

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA. Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Servicio Federal de Retransmisión [Federal Relay Service - FRS] al (800) 877- 8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas. Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: [http://www.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish\\_Form\\_508\\_Compliant\\_6\\_8\\_12\\_0.pdf](http://www.ocio.usda.gov/sites/default/files/docs/2012/Spanish_Form_508_Compliant_6_8_12_0.pdf). y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov). Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. (11/2015)

# EXIGENCIAS DEL PATRÓN DE COMIDA PARA NIÑOS

Componentes o alimentos	1 a 2 años	3 a 5 años	6 a 12 años
<b>Desayuno (seleccione leche líquida, verdura/fruta Y granos O carne/sustituto de carne)</b>			
<b>Leche líquida<sup>1</sup></b>	4 oz líquidas	6 oz líquidas	8 oz líquidas
<b>Verduras, frutas o porciones de ambas<sup>2</sup></b>	1/4 taza	1/2 taza	1/2 taza
<b>Granos (equiv. en oz)<sup>3,4,5</sup></b>			
Pan o producto de pan	1/2 porción	1/2 porción	1 porción
Cereal caliente de desayuno <sup>6</sup> , cereal de granos o pasta	1/4 taza	1/4 taza	1/2 taza
Cereal preparado de desayuno (seco, frío) <sup>6</sup>	1/4 taza (1/3 oz)	1/3 taza (1/2 oz)	3/4 taza (1 oz)
<b>Carne/sustituto de carne<sup>4</sup></b>	1/2 oz equiv	1/2 oz equiv	1 oz equiv
Carne magra, pollo, pescado, queso	1/2 oz	1/2 oz	1 oz
Requesón o queso ricotta	1 oz (1/8 taza)	1 oz (1/8 taza)	2 oz (1/4 taza)
Tofu, producto de soja o sustitutos de proteínas <sup>7</sup>	1.1 oz (1/8) taza	1.1 oz (1/8) taza	2.2 oz (1/4) taza
Huevo grande	1/4	1/4	1/2
Frijoles o chícharos cocidos	1/8 taza	1/8 taza	1/4 taza
Mantequilla de cacahuete, de nuez de soja u otras mantequillas de nueces o semillas	1 cucharada	1 cucharada	2 cucharadas
Yogur, natural o saborizado azucarado o no azucarado <sup>8</sup>	2 oz (1/4 taza)	2 oz (1/4 taza)	4 oz (1/2 taza)
<b>Almuerzo/cena (seleccione los cinco componentes para una comida reembolsable)</b>			
<b>Leche líquida<sup>1</sup></b>	4 oz líquidas	6 oz líquidas	8 oz líquidas
<b>Carne/sustitutos de carnes</b>			
Carne magra, pollo, pescado, queso, tofu, producto de soja o sustitutos de proteína <sup>7</sup>	1 onza	1 1/2 onza	2 onzas
Huevo grande	1/2	3/4	1
Frijoles o chícharos cocidos	1/4 taza	3/8 taza	1/2 taza
Mantequilla de cacahuete, de soja u otras nueces o semillas	2 cucharadas	3 cucharadas	4 cucharadas
Yogur, natural o saborizado azucarado o no azucarado <sup>8</sup>	4 onzas (1/2 taza)	6 onzas (3/4 taza)	8 onzas (1 taza)
Cacahuates, nueces de soja, nueces de árbol o semillas (Se pueden usar para satisfacer no más del 50% de la exigencia)	1/2 onza=50%	3/4 onza=50%	1 onza=50%
<b>Verduras<sup>2,9</sup></b>	1/8 taza	1/4 taza	1/2 taza
<b>Frutas<sup>2</sup> o verduras<sup>2,9</sup></b>	1/8 taza	1/4 taza	1/4 taza
<b>Granos (equiv. en oz)<sup>3,5</sup></b>			
Pan o producto de pan	1/2 porción	1/2 porción	1 porción
Cereal caliente de desayuno <sup>6</sup> , cereal de granos o pasta	1/4 taza	1/4 taza	1/2 taza
<b>Meriendas (seleccione dos de los cinco componentes para una comida reembolsable)</b>			
<b>Leche líquida<sup>1</sup></b>	4 oz líquidas	4 oz líquidas	8 oz líquidas
<b>Carne/sustitutos de carne</b>			
Carne magra, pollo, pescado, queso, tofu, producto de soja o sustitutos de proteína <sup>7</sup>	1/2 onza	1/2 onza	1 onza
Huevo grande	1/2	1/2	1/2
Frijoles o chícharos cocidos	1/8 taza	1/8 taza	1/4 taza
Mantequilla de cacahuete, de soja u otras nueces o semillas	1 cucharada	1 cucharada	2 cucharadas
Yogur, natural o saborizado azucarado o no azucarado <sup>8</sup>	2 onzas (1/4 taza)	2 onzas (1/4 taza)	4 onzas (1/2 taza)
Cacahuates, nueces de soja, nueces de árbol o semillas	1/2 onza	1/2 onza	1 onza
<b>Verduras<sup>2</sup></b>	1/2 taza	1/2 taza	3/4 taza
<b>Frutas<sup>2</sup></b>	1/2 taza	1/2 taza	3/4 taza
<b>Granos (equiv. en oz)<sup>3,5</sup></b>			
Pan o producto de pan	1/2 porción	1/2 porción	1 porción
Cereal caliente de desayuno <sup>6</sup> , cereal de granos o pasta	1/4 taza	1/4 taza	1/2 taza
Cereal caliente de desayuno (seco, frío) <sup>6</sup>	1/4 taza (1/3 oz)	1/3 taza (1/2 oz)	3/4 taza (1 oz)

<sup>1</sup> Debe ser leche entera no saborizada para niños menores de 1 año. Debe ser leche no saborizada baja en grasa (1%) o sin grasa (*skim*) para niños de entre 2-5 años de edad. Debe ser leche no saborizada baja en grasa (1%), sin grasa (*skim*) o saborizada sin grasa (*skim*) para niños mayores de 6 años.

<sup>2</sup> Sólo se puede usar jugo puro pasteurizado para satisfacer la exigencia de verdura o fruta en una comida o merienda por día.

<sup>3</sup> Al menos una porción por día debe ser enriquecida con granos integrales. Los postres a base de granos no se pueden reclamar.

<sup>4</sup> Carne o sustitutos de carne se puede usar para satisfacer toda la exigencia de granos hasta tres veces por semana. Una onza de carne o sustituto de carne es igual a una onza equivalente de granos.

<sup>5</sup> A partir de 1 de octubre de 2019, se usan equivalentes en onzas para determinar la cantidad de granos acreditables.

<sup>6</sup> Los cereales de desayuno no deben contener más de 6 gr de azúcar por onza seca (21 gr de azúcar por 100 gr de cereal seco).

<sup>7</sup> Productos sustitutos de proteínas deben cumplir con las exigencias en el Apéndice A a la Sección 226.

<sup>8</sup> Yogur debe contener no más de 23 gr de azúcares totales por 6 onzas.

<sup>9</sup> Cuando se sirven dos verduras en el almuerzo o cena, se deben servir dos verduras distintas.