

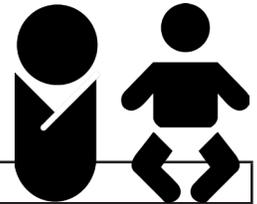


Oficina de Michigan  
3496 E. Lake Lansing Rd, Suite 150 • East Lansing, MI  
48823 Teléfono: (800) 234-3287 • Fax: (517) 332-5543

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

www.acdkids.org

# PATRÓN DE COMIDA OBLIGATORIO PARA INFANTES



De nacimiento a los 5 meses	Entre 6 y 11 meses
<b>Desayuno, almuerzo y cena</b>	
4-6 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula infantil <sup>2</sup>	6-8 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula infantil <sup>2</sup> y  <b>Lo siguiente es obligatorio cuando el desarrollo del lactante lo permita</b> 0-4 cucharadas de cereal para infantes <sup>2,3,4</sup> , carne, pescado, pollo, huevo entero, frijoles o guisantes [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 los anteriores y  0-2 cucharadas de verduras, frutas o una combinación de ambas <sup>7</sup>
<b>Merienda</b>	
4-6 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula infantil <sup>2</sup>	2-4 onzas líquidas de leche materna <sup>1</sup> o fórmula infantil <sup>2</sup> y  <b>Lo siguiente es obligatorio cuando el desarrollo del lactante lo permita</b> 0-1/2 rebanada de pan <sup>3,4</sup> o 0-2 galletas <sup>3,4</sup> o 0-4 cucharadas de cereal para infantes <sup>2,3,4</sup> o cereal frío para el desayuno <sup>3,4, 6</sup> y  0-2 cucharadas de verduras, frutas o una combinación de ambas <sup>7</sup>

<sup>1</sup> Se requiere servir leche materna, fórmula infantil o porciones de ambas; no obstante, se recomienda servir leche materna en lugar de fórmula infantil desde el nacimiento hasta los 11 meses. Para aquellos lactantes que regularmente consumen menos de la cantidad mínima de leche materna, es permisible servirles porciones menores de que las recomendadas y ofrecerles más en otro momento.

<sup>2</sup> La fórmula y el cereal seco para bebés deben ser enriquecidos con hierro.

<sup>3</sup> A partir del 1 de octubre de 2019, la cantidad de granos acreditables en los alimentos se determinará según su equivalencia en onzas.

<sup>4</sup> Cada porción de alimentos cereales debe ser rica en granos integrales o elaborada de una harina enriquecida.

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

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

<sup>7</sup> No se puede servir jugos de frutas o verduras a los infantes.

Este proyecto se financia al menos en parte con fondos del USDA a través del Departamento de Educación de Michigan o la Junta de Educación del Estado de Illinois.

De conformidad con las leyes federales de derechos civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de EE. UU. (USDA por sus siglas en inglés), se prohíbe que esta institución discrimine por razones de raza, color, nacionalidad, sexo (incluidas la identidad de género y la orientación sexual), discapacidad, edad o en represalia por actividades previas relacionadas con los derechos civiles. Se puede proporcionar información sobre este programa en idiomas distintos al inglés. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación de información sobre el programa (por ejemplo, el braille, letras grandes, cintas de audio, el lenguaje de señas americano, etc.) deben comunicarse con la agencia estatal o local responsable de administrarlo, con el TARGET Center del USDA al (202) 720-2600 (teléfono y TTY) o con el USDA a través del Federal Relay Service [Servicio Federal de Transmisión] al (800) 877-8339. Para presentar una denuncia de discriminación, el denunciante debe completar el Formulario de denuncia de discriminación en un programa del USDA (AD-3027), el cual se puede obtener en línea en <https://www.usda.gov/sites/default/files/documents/USDA-OASCR%20P-Complaint-Form-0508-0002-508-11-28-17Fax2Mail.pdf>, en cualquier oficina del USDA, llamando al (866) 632-9992 o bien escribiendo una carta dirigida al USDA que indique el nombre del denunciante, su dirección, su número de teléfono y una descripción escrita de la acción discriminatoria presunta de manera suficientemente detallada para informar al Subsecretario de Derechos Civiles (ASCR) sobre la índole y la fecha de la transgresión de derechos civiles supuesta. Se debe presentar el formulario AD-3027 lleno o dicha 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: (833) 256-1665 o (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

# PATRÓN DE COMIDA OBLIGATORIO PARA NIÑOS

Componentes alimentarios y artículos de comida	1 a 2 años	3 a 5 años	6 a 12 años
<b>Desayuno (Elegir leche líquida, una verdura o fruta y granos, una carne o un 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 (equivalencia calculada en oz)<sup>3,4,5</sup></b>			
Pan u otro producto de panificación	1/2 porción	1/2 porción	1 porción
Cereal caliente de desayuno <sup>6</sup> , cereal de grano o pasta	1/4 taza	1/4 taza	1/2 taza
Cereal frío para el desayuno (seco, sin leche) <sup>6</sup>	1/4 taza (1/3 oz)	1/3 taza (1/2 oz)	3/4 taza (1 oz)
<b>Carne o sustituto de carne<sup>4</sup></b>	equivalente a 1/2 oz	equivalente a 1/2 oz	equivalente a 1 oz
Carne magra, ave, 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 producto de proteína alternativo <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 guisantes [chícharos] cocidos	1/8 taza	1/8 taza	1/4 taza
Mantequilla de cacahuete, de nuez de soja o de otro fruto seco o semilla	1 cucharada	1 cucharada	2 cucharadas
Yogur natural o saborizado con o sin azúcares añadidos <sup>8</sup>	2 oz (1/4 taza)	2 oz (1/4 taza)	4 oz (1/2 taza)
<b>Almuerzo y cena (Incluir todos los cinco componentes para formar una comida reembolsable)</b>			
<b>Leche líquida<sup>1</sup></b>	4 oz líquidas	6 oz líquidas	8 oz líquidas
<b>Carne o sustituto de carne</b>			
Carne magra, ave, pescado, queso, tofu, producto de soja o de proteína alternativo <sup>7</sup>	1 onza	1 1/2 onza	2 onzas
Huevo grande	1/2	3/4	1
Frijoles o guisantes cocidos	1/4 taza	3/8 taza	1/2 taza
Mantequilla de cacahuete, de nuez de soja o de otro fruto seco o semilla	2 cucharadas	3 cucharadas	4 cucharadas
Yogur natural o saborizado con o sin azúcares añadidos <sup>8</sup>	4 onzas (1/2 taza)	6 onzas (3/4 taza)	8 onzas (1 taza)
Cacahuetes, nueces de soja, frutos de cáscara o semillas (se pueden usar para satisfacer no más del 50 % del requisito)	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 (equivalencia calculada en oz)<sup>3,5</sup></b>			
Pan u otro producto de panificación	1/2 porción	1/2 porción	1 porción
Cereal caliente de desayuno <sup>6</sup> , cereal de grano o pasta	1/4 taza	1/4 taza	1/2 taza
<b>Merienda (Elegir dos de los cinco componentes para formar una merienda reembolsable)</b>			
<b>Leche líquida<sup>1</sup></b>	4 oz líquidas	4 oz líquidas	8 oz líquidas
<b>Carne o sustituto de carne</b>			
Carne magra, ave, pescado, queso, tofu, producto de soja o de proteína alternativo <sup>7</sup>	1/2 onza	1/2 onza	1 onza
Huevo grande	1/2	1/2	1/2
Frijoles o guisantes cocidos	1/8 taza	1/8 taza	1/4 taza
Mantequilla de cacahuete, de nuez de soja o de otro fruto seco o semilla	1 cucharada	1 cucharada	2 cucharadas
Yogur, natural o saborizado con o sin azúcares añadidos <sup>8</sup>	2 onzas (1/4 taza)	2 onzas (1/4 taza)	4 onzas (1/2 taza)
Cacahuetes, nueces de soja, frutos de cáscara 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 (equivalencia calculada en oz)<sup>3,5</sup></b>			
Pan o producto de panificación	1/2 porción	1/2 porción	1 porción
Cereal caliente de desayuno <sup>6</sup> , cereal de grano o pasta	1/4 taza	1/4 taza	1/2 taza
Cereal frío de desayuno (seco, sin leche) <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 los niños de un año, leche no saborizada baja en grasa (1 %) o sin grasa (descremada) para los niños de 2 a 5 años y leche no saborizada baja en grasa (1 %) o sin grasa, o bien leche saborizada sin grasa, para los niños de 6 años y mayores.

<sup>2</sup> Solo es permisible servir jugo puro pasteurizado para cumplir el requisito respecto a verduras y frutas durante una sola comida o merienda al día.

<sup>3</sup> Al menos una porción al día debe ser rica en granos integrales. No se permite solicitar reembolsos por los postres a base de granos.

<sup>4</sup> Es posible servir una carne o un sustituto de carne hasta tres veces por semana a fin de satisfacer el requisito respecto a granos. Una onza de carne o de sustituto de carne equivale a una onza de granos.

<sup>5</sup> A partir del 1 de octubre de 2019, la cantidad de granos acreditables en los alimentos se determinará según su equivalencia en onzas.

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

<sup>7</sup> Los productos de proteína alternativos deben reunir los requisitos expuestos en la parte 226 del Apéndice A.

<sup>8</sup> El yogur no debe contener más de 23 g de azúcares totales por cada 6 onzas.

<sup>9</sup> Cuando se sirven dos porciones de verduras durante el mismo almuerzo o cena, deben ser verduras distintas.