

# Tabla de Comida Infantil

## Programa de Comida para el Cuidado de Niños y Adultos

### Desayuno

Edad	0 – 3 meses	de 4 a 7 meses	de 8 a 11 meses
Preparado de Biberón Enriquecido con Hierro o Leche Materna	4-6 oz	4-8 oz	6-8 oz
Cereal Infantil Enriquecido con Hierro		0-3 cucharadas*	2-4 cucharadas
Fruta y/o Vegetales			1-4 cucharadas

### Merienda

Preparado de Biberón Enriquecido con Hierro o Leche Materna	4-6 oz	4-6 oz	
Preparado de Biberón Enriquecido con Hierro o Leche Materna o 100% Jugo de Fruta			2-4 oz
Pan o Galletas Saladas			0-1/2 Rebanada* o 0-2 Galletas*

### Almuerzo/Cena

Preparado de Biberón Enriquecido con Hierro o Leche Materna	4-6 oz	4-8 oz	6-8 oz
Cereal Infantil Enriquecido con Hierro		0-3 cucharadas*	
Cereal Infantil Enriquecido con Hierro			2-4 cucharadas
<u>Q</u> Carne o Aves o Pescado o Yema de Huevo			1-4 cucharadas
<u>Q</u> Frijoles Secos Cocinados o Chícharos			1-4 cucharadas
<u>Q</u> Queso			1/2-1 oz
<u>Q</u> Requesón			1-4 oz (volumen)
<u>Q</u> Comida de Queso o Queso para Untar			1-4 oz (peso)
Fruta y/o Vegetales		0-3 cucharadas*	1-4 cucharadas

#### Cosas que Recordar

- No Yogurt
- No Miel
- No Clara de Huevo
- No Leche de Vaca
- Los Bebés se Alimentan Cuando Este lo Reclama
- Use Jugo de Composición Completa
- Mantenga un Registro del Menú
- Se debe ofrecer al menos la mínima cantidad de cada comida

\* Opcional

Esta institución es un proveedor que ofrece igual oportunidad a todos.