

Patrón de comida infantil

Programa De
Alimentos para Niños y Adultos en Cuidado



- Los bebés deben ser alimentados a petición y no deben restringirse a un horario rígido de alimentación
- Las cantidades enumeradas son los tamaños de porción mínima para cumplir los requisitos del patrón de comida
- Los patrocinadores deben ofrecer proporcionar una fórmula infantil enriquecida con hierro reembolsable (IFIF)

LOS COMPONENTES DE COMIDA, ARTICULOS DE COMIDA		Nacimiento hasta los 5 meses de edad	6 a 11 meses de edad
Desayuno	Leche materna ¹ o Fórmula para infante enriquecida con hierro (IFIF) ^{1,2}	De 4 a 6 onzas líquidas	De 6 a 8 onzas líquidas
	Cereal de infante enriquecido con hierro (IFIC) ^{2,3} o Carne, pescado, aves de corral, huevos enteros, frijoles o chícharos secos ³ o Queso, queso cottage o yogur ^{3,4}		De 0 a 4 cdas De 0 a 4 cdas De 0 a 2 oz queso De 0 a 4 oz de queso cottage De 0 a 4 oz o 1/2 taza de yogur o una combinación de los anteriores
	Fruta o verdura o una combinación de ambas ^{3,5}		De 0 a 2 cdas
	Fruta o verdura o una combinación de ambas ^{3,5}		De 0 a 2 cdas
Merienda/ Botana (one of this be better then refreshment s)	Leche materna ¹ o Fórmula para infante enriquecida con hierro (IFIF) ^{1,2}	De 4 a 6 onzas líquidas	De 2 a 4 onzas líquidas
	Rebanada de pan ⁶ o Galletas ⁶ o Cereal de infante enriquecido con hierro (IFIC) ² o cereales de desayuno listos para comer ^{6,7}		De 0 a 1/2 rebanada De 0 a 2 galletas De 0 a 4 cdas
	Fruta o verdura o una combinación de ambas ^{3,5}		De 0 a 2 cdas
	Fruta o verdura o una combinación de ambas ^{3,5}		De 0 a 2 cdas
Almuerzo y cena	Leche materna ¹ o Fórmula para infante enriquecida con hierro (IFIF) ^{1,2}	De 4 a 6 onzas líquidas	De 6 a 8 onzas líquidas
	Cereal de infante enriquecido con hierro (IFIC) ^{2,3} o Carne, pescado, aves de corral, huevos enteros, frijoles o chícharos secos ³ o Queso, queso cottage o yogur ^{3,4}		De 0 a 4 cdas De 0 a 4 cdas De 0 a 2 oz queso De 0 a 4 oz de queso cottage De 0 a 4 oz o 1/2 taza de yogur o una combinación de los anteriores
	Fruta o verdura o una combinación de ambas ^{3,5}		De 0 a 2 cdas
	Fruta o verdura o una combinación de ambas ^{3,5}		De 0 a 2 cdas

¹ Se debe servir leche materna o IFIF o porciones de ambos; se recomienda que se sirva la leche materna en lugar de fórmula desde el nacimiento hasta los 11 meses.

² La fórmula infantil y el cereal infantil seco deben de ser enriquecidos con hierro.

³ Una porción de este componente es requerida cuando el bebé este desarrollado y listo para aceptarlo.

⁴ El yogur no debe contener más de 23 gramos totales de azúcar por 6 onzas.

⁵ No se permiten jugos de frutas o verduras para bebés.

⁶ Los granos deben ser **uno** de los siguientes: harina enriquecida o granos integrales "whole grain rich". Se usará los equivalentes por onzas para determinar la cantidad de granos que se pueden acreditar a partir del 1 de octubre de 2019.

⁷ Los cereales para el desayuno deben contener no más de 6 gramos de azúcar por onza seca.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.