

Mô Hình Bữa Ăn cho Trẻ Sơ Sinh

Chương Trình Thực Phẩm Nuôi Dưỡng Trẻ Em và Người Lớn



- Trẻ sơ sinh nên được cho ăn theo đòi hỏi của trẻ và không nên bị hạn chế bởi một lịch trình cho ăn cứng nhắc
- Các số lượng được liệt kê là những khẩu phần ăn tối thiểu để đáp ứng các yêu cầu mô hình bữa ăn
- Các nhà tài trợ phải cung cấp ít nhất một phần sữa công thức có bổ sung sắt cho trẻ sơ sinh được hoàn tiền lại (IFIF)

THÀNH PHẦN THỰC PHẨM VÀ CÁC MẶT HÀNG THỰC PHẨM		Từ lúc mới sinh đến 5 tháng tuổi	Từ 6 tới 11 tháng tuổi
Bữa sáng	Sữa mẹ ¹ hoặc Sữa Công Thức Có Bổ Sung Chất Sắt Cho Trẻ Sơ Sinh (IFIF) ^{1,2}	4-6 oz chất lỏng	6-8 oz chất lỏng
	Ngũ Cốc Có Bổ Sung Chất Sắt Cho Trẻ Sơ Sinh (IFIC) ^{2,3} hoặc Thịt, cá, gia cầm, toàn bộ quả trứng, đậu khô hoặc đậu Hà Lan được nấu chín ³ hoặc Phô mai, phô mai tươi (cottage cheese) hay sữa chua ^{3,4}		0-4 muỗng canh 0-4 muỗng canh 0-2 oz phô mai 0-4 oz phô mai tươi 0-4 oz hoặc ½ chén sữa chua hoặc kết hợp các món trên
	Trái Cây hoặc Rau hoặc kết hợp cả hai ^{3,5}		0-2 muỗng canh
Bữa Ăn Nhẹ	Sữa mẹ ¹ hoặc Sữa Công Thức Có Bổ Sung Chất Sắt Cho Trẻ Sơ Sinh (IFIF) ^{1,2}	4-6 oz chất lỏng	2-4 oz chất lỏng
	Lát bánh mì ⁶ hoặc Bánh quy giòn ⁶ hoặc Ngũ Cốc Có Bổ Sung Chất Sắt Cho Trẻ Sơ Sinh (IFIC) ² hoặc ngũ cốc đã làm sẵn để ăn sáng ^{6,7}		0-½ lát 0-2 cái bánh quy giòn 0-4 muỗng canh
	Trái cây hoặc Rau hoặc kết hợp cả hai ^{3,5}		0-2 muỗng canh
Bữa Trưa và Bữa Tối	Sữa mẹ ¹ hoặc Sữa Công Thức Có Bổ Sung Chất Sắt Cho Trẻ Sơ Sinh (IFIF) ^{1,2}	4-6 oz chất lỏng	6-8 oz chất lỏng
	Ngũ Cốc Có Bổ Sung Chất Sắt Cho Trẻ Sơ Sinh (IFIC) ^{2,3} hoặc Thịt, cá, gia cầm, toàn bộ quả trứng, đậu khô hoặc đậu Hà Lan nấu chín ³ hoặc Phô mai, phô mai tươi (cottage cheese) hay sữa chua ^{3,4}		0-4 muỗng canh 0-4 muỗng canh 0-2 oz phô mai 0-4 oz phô mai tươi 0-4 oz hoặc ½ chén sữa chua hoặc kết hợp các món trên
	Trái Cây hoặc Rau hoặc kết hợp cả hai ^{3,5}		0-2 muỗng canh

¹ Phải cho bé uống sữa mẹ hoặc IFIF, hoặc cả hai; đề nghị cho bé uống sữa mẹ thay cho sữa công thức từ sơ sinh đến 11 tháng.

² Sữa công thức cho trẻ sơ sinh và ngũ cốc khô cho trẻ sơ sinh phải có bổ sung chất sắt.

³ Một phần ăn của thành phần này là bắt buộc khi trẻ sơ sinh phát triển để sẵn sàng chấp nhận nó.

⁴ Sữa chua phải chứa không quá 23 gram của tổng số lượng đường cứ mỗi 6 ounce.

⁵ Không cho trẻ sơ sinh uống nước ép trái cây và nước rau.

⁶ Hạt thóc phải là **một** trong những loại sau: thức ăn được trả lại chất dinh dưỡng, bột được trả lại chất dinh dưỡng, **hoặc** "whole grain-rich". Bắt đầu từ ngày 1 tháng 10 năm 2019, đơn vị đo lường tương đương với ounce sẽ được sử dụng để xác định số lượng các loại hạt thóc được tính là đáp ứng yêu cầu.

⁷ Ngũ cốc ăn sáng phải chứa không quá 6 gram đường mỗi ounce khô.

Tổ chức này là một nhà cung cấp với cơ hội bình đẳng.