

Октябрь 2017

## **Контрольный список требований по питанию для Садиков по уходу за детьми**

Сок будет оплачиваться только один раз в день. Во время обеда и ужина должны быть поданы овощи и фрукты. Фруктовый компонент может быть заменен растительным на обед или ужин; когда подаются два овоща, они должны быть двух разных видов.

По крайней мере, одна порция зерна в день должна быть whole grain-rich. Обязательно отметить этот компонент в вашем меню.

Мясо или мясо-заменительные продукты, могут заместить весь компонент зерна на завтрак, максимум три раза в неделю.

Соответствующий тип молока указан для каждой возрастной группы:

- Возраст 1 год: Не ароматизированное цельное молоко;
- Возраст 2-5 года: Не ароматизированное обезжиренное или обезжиренное молоко.

Никакие пищевые продукты прожаренные в глубоком жире дома.

Сухие завтраки (cereals) содержащие не более 6 граммов сахара на унцию.

Йогурт содержит не более 23 граммов сахара на каждые 6 унций.

Тофу и соевый йогурт можно подавать в качестве мясо-заменителя.

Десерты на основе зерна в меню не включены.

Порции блюд обслуживания правильны для каждой возрастной группы.

**[www.ccdsmetro.org](http://www.ccdsmetro.org)**

**[www.kidkare.com](http://www.kidkare.com)**

**Minute Menu: 972-671-5211**