

Cumpliendo con los Nuevos Patrones de Comidas sin perder la cabeza



Granos Enteros lo más simple posible

Bebés fáciles

Conozca las Reglas de los Alimentos Asfixiantes



Yours for Children, inc.

Sources:

Massachusetts Department of Elementary & Secondary Education-Office for Food and Nutrition Programs

United States Department of Agriculture

National CACFP Sponsors Association

¡Felicitaciones!

¡Juntos hemos hecho la transición a los nuevos patrones de comidas! Usted ha mejorado sus menús al servir más granos integrales, frutas y verduras. Y ha reducido la cantidad de azúcar en las dietas de los niños siguiendo las nuevas pautas para los cereales, el yogur y los postres a base de granos.

CACFP ha alineado el patrón de comidas infantil para seguir las mejores prácticas de desarrollo infantil y les brinda a usted y a los padres más información sobre la preparación individual del bebé para los alimentos sólidos.

La Oficina de Programas de Alimentos y Nutrición (FNP) ha aclarado la política de prevención de asfixia para los niños menores de cuatro años y hemos incluido esa información en este entrenamiento.



Los impactos positivos de estos cambios ayudarán a los niños a desarrollar hábitos de alimentación saludables que les seguirán durante toda su vida.

Durante este año estuvimos en la transición a los nuevos patrones de comidas sin ningún rechazo fiscal en sus reembolsos de reclamos mensuales por errores al servir o registrar los alimentos. A partir del 1 de octubre de 2018, los menús que no cumplan con los nuevos patrones de comidas serán rechazados y desaprobados.

Este entrenamiento se enfoca en los cambios que han tenido el mayor impacto en su participación en el CACFP y aún pueden ser confusos. Para evitar errores costosos en sus menús, le recomendamos que sirva comidas que cumplan con el patrón de comidas y registre los alimentos con cuidado.

Gracias por su continua participación en el CACFP



CHILD & ADULT CARE FOOD PROGRAM

Al menos una porción de granos por día debe ser rica en granos enteros

Para cumplir con CACFP: los panes o granos acreditables deben hacer con granos enriquecidos o enteros. Los granos enriquecidos son granos refinados que se han procesado para eliminar el salvado y el germen y luego se han agregado los nutrientes necesarios. Los productos de granos enriquecidos son acreditables, pero no cumplen con los criterios de granos enteros a menos que se identifiquen como tales.

¿Cómo sabes que un grano es rico en granos enteros? Aquí hay 4 formas aprobadas que funcionan para los proveedores de cuidado infantil familiar:



#1 El producto se encuentra en la lista de alimentos de WIC de Massachusetts para **granos enteros** aprobados. *Esta es una lista separada de la lista de cereales de WIC.* Visite www.yoursforchildren.com para obtener información sobre WIC o **el folleto de WIC adjunto al final de este entrenamiento.**

#2. El producto está etiquetado como "trigo integral" y tiene un Estándar de Identidad emitido por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. (FDA). Esto se aplica solo a ciertos productos de pan y pasta que están permitidos la etiqueta "grano entero". Esto no se aplica a galletas y productos de cereales. **Ver el Apéndice A**

#3. El producto incluye una de las siguientes declaraciones de propiedades saludables aprobadas por la FDA en su paquete, escritas exactamente:

"Las dietas ricas en alimentos integrales y otros alimentos vegetales y bajos en grasa total, grasas saturadas y colesterol pueden reducir el riesgo de enfermedades cardíacas y algunos cánceres".

○

"Las dietas ricas en alimentos integrales y otros alimentos vegetales, y bajos en grasas saturadas y colesterol, pueden ayudar a reducir el riesgo de enfermedad cardíaca".

#4 El alimento cumple con la Regla de los Tres del Servicio de Alimentos y Nutrición, un proceso de 3 pasos para identificar productos ricos en granos integrales en el CACFP.

Para cumplir con la "Regla de Tres" como un producto rico en granos enteros, **el primer ingrediente (o el segundo si primero es agua) debe ser integral y los siguientes dos ingredientes (si los hay) deben ser granos enteros, granos enriquecidos, salvado o germen.** *

Al aplicar la "Regla de Tres" para los cereales de desayuno listos para comer, si el primer ingrediente es grano entero y el cereal está fortificado, el producto cumple los criterios de granos enteros. En esta situación, el segundo y tercer ingrediente de granos, si los hay, no necesitan ser considerados.

*** Ver la lista en el apéndice B para ingredientes de granos enteros y otros granos.**



What about cereal?



If a ready-to-eat breakfast cereal has a whole grain as the first ingredient (or second after water), and it is fortified, it also meets the whole grain-rich criteria.

Whole Grain #1

INGREDIENTS: Whole Grain Oats, Corn Starch, Sugar, Salt, Tripotassium Phosphate, Vitamin E (Mixed Tocopherols) Added to Preserve Freshness.
VITAMINS AND MINERALS: Calcium Carbonate, Iron and Zinc (Mineral Nutrients), Vitamin C (Sodium Ascorbate), a B Vitamin (Niacinamide), Vitamin B6 (Pyridoxine Hydrochloride), Vitamin A (Palmitate), Vitamin B1 (Thiamin Mononitrate), a B Vitamin (Folic Acid), Vitamin B12, Vitamin D3.

Fortified



Ingredients: Whole Grain Oats, Corn Starch, Sugar, Salt, Tripotassium Phosphate, Vitamin E (Mixed Tocopherols) Added to Preserve Freshness. **Vitamins and Minerals:** Calcium Carbonate, Iron and Zinc (Mineral Nutrients), Vitamin C (Sodium Ascorbate), a B Vitamin (Niacinamide), Vitamin B6 (Pyridoxine Hydrochloride), Vitamin A (Palmitate), Vitamin B1 (Thiamin Mononitrate), a B Vitamin (Folic Acid), Vitamin B12, Vitamin D3.

DISTRIBUTED BY GENERAL MILLS SALES, INC., MINNEAPOLIS, MN 55440 USA.

GLUTEN FREE

Contains ingredients with genetically modified organisms. Some amounts of genetically modified organisms may be present.



Don't forget...

Not only does a ready-to-eat breakfast cereal have to meet the above criteria but it also has to meet the sugar limits in order to be creditable in the first place. Check out NCA's Sugar Limit handout for more information available at cacfp.org.

CEREAL 1st grain ingredient must be whole grain and cereal is fortified with Vitamins & Minerals.



WGR^C

Ingredients: Whole Grain Wheat, Sugar, Contains 2% or Less of Brown Rice Syrup, Gelatin, BHT for Freshness.

Vitamins and Minerals: Reduced Iron, Niacinamide, Vitamin B6 (Pyridoxine Hydrochloride), Vitamin B2 (Riboflavin), Vitamin B1 (Thiamin Hydrochloride), Zinc Oxide, Folic Acid, Vitamin B12.



WGR^C

Ingredients: Whole Grain Wheat, Corn, Sugar, Whole Grain Rolled Oats, Brown Sugar, Rice, Canola Oil, Wheat Flour, Malted Barley Flour, Corn Syrup, Salt, Whey (from Milk), Malted Corn and Barley Syrup, Honey, Caramel Color, Natural and Artificial Flavor, Annatto Extract (Color), BHT Added to Packaging Material to Preserve Product Freshness.

Vitamins and Minerals: Reduced Iron, Niacinamide, Vitamin B6, Vitamin A Palmitate, Riboflavin (Vitamin B2), Thiamin Mononitrate (Vitamin B1), Zinc Oxide (Source of Zinc), Folic Acid, Vitamin B12, Vitamin D3.



WGR^C

Ingredients: Whole Grain Corn, Corn Meal, Sugar, Canola Oil, Salt, Brown Sugar Syrup, Tricalcium Phosphate, Vegetable and Fruit Juice Color, Baking Soda, Citric Acid, Natural Flavor, Vitamin E (Mixed Tocopherols) Added to Preserve Freshness.

Vitamins and Minerals: Calcium Carbonate, Iron and Zinc (Mineral Nutrients), Vitamin C (Sodium Ascorbate), a B Vitamin (Niacinamide), Vitamin B6 (Pyridoxine Hydrochloride), Vitamin B1 (Thiamin Mononitrate), Vitamin A (Palmitate), Vitamin B2 (Riboflavin), a B Vitamin (Folic Acid), Vitamin B12, Vitamin D3.



Ingredients: Whole Grain Oats*, Cane Sugar*, Sunflower Oil*, Rice*, Whole Grain Quinoa*, Whole Grain Spelt*, Kamut Brand Khorasan Wheat*, Molasses*, Sea Salt, Cinnamon*, Natural Flavor*, Vitamin E (Mixed Tocopherols) Added to Preserve Freshness.*Organic.

DOES NOT MEET WGR^C
Not fortified with Vitamins & Minerals.



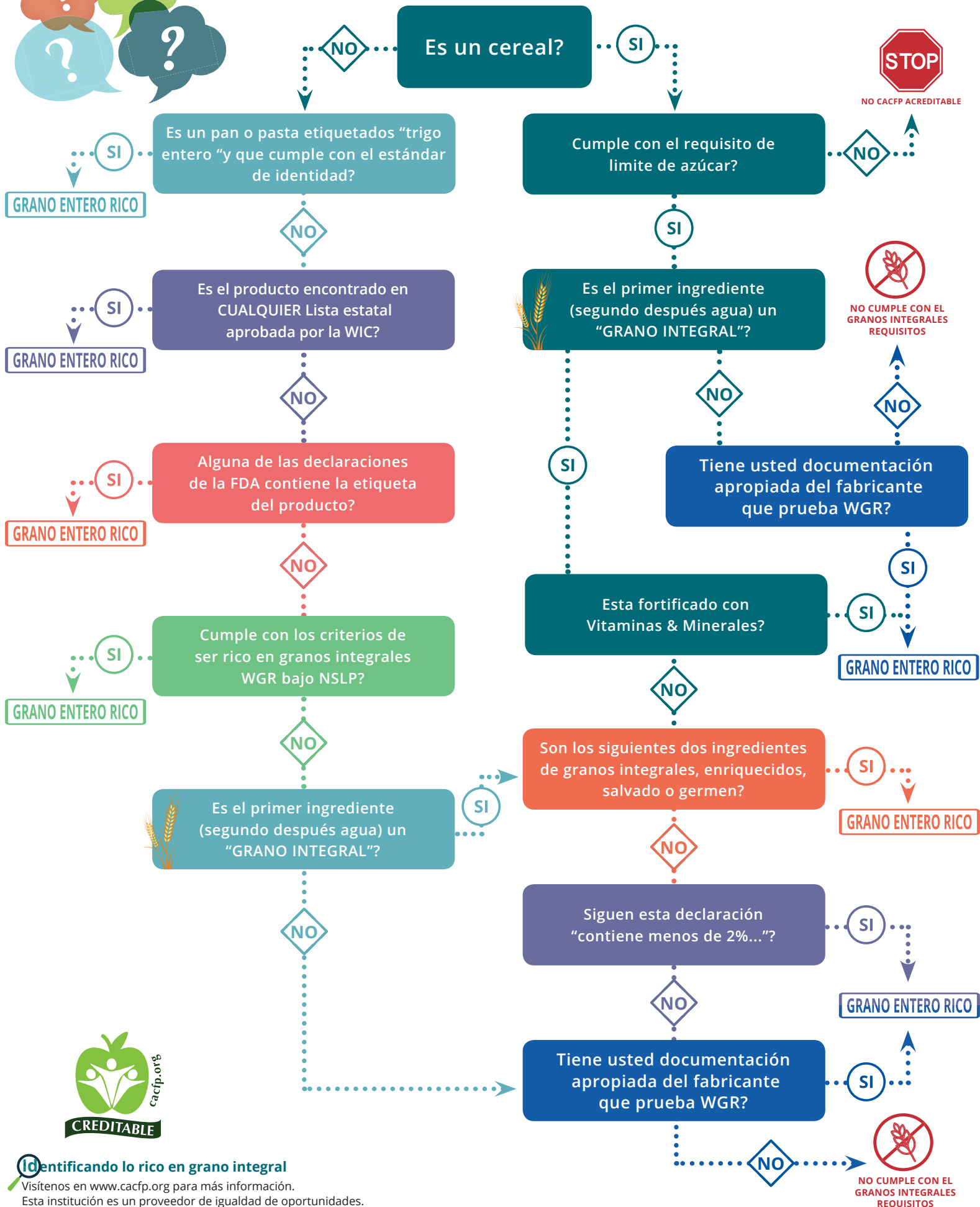
Visit us at www.cacfp.org for more information. This institution is an equal opportunity provider.

* These products may meet another standard for identifying whole grain-rich but do not in the section noted.



Page 6

Se pregunta si sus alimentos son ricos en granos integrales?





¿Cuál es la forma más fácil de cumplir con el requisito de grano entero?

El grano es un componente requerido en el desayuno *, el almuerzo y la cena, y es una opción en la merienda.

Elija una comida que sirva diariamente y siempre sirva un grano integral en esa comida. ¡El desayuno es la opción más fácil y habrás cumplido con el requisito de patrón de comida para los granos enteros del día! No importa si todos los niños participan en el desayuno. El requisito es que sirvas alimentos ricos en granos enteros en **una de las comidas** del día.

*Usted tiene la opción de reemplazar el componente de grano en el desayuno con una carne/ alternative carne hasta tres (3) veces por semana. Si elige esa opción, sirva un grano entero en otra comida esos días.

Ejemplos de comidas ricas en granos integrales para CACFP: (*Recuerde codificar WG en Kidkare o escriba WG en menús en papel*)

Desayuno

<i>1% de Leche Baja en Grasa*</i> <i>Guineo</i> <i>Cheerios</i>	<i>Leche Descremada*</i> <i>Clementina</i> <i>Pan Integral</i>	<i>1% de Leche Baja en Grasa*</i> <i>Fresas</i> <i>Harina de Avena</i>
<i>1% de Leche Baja en Grasa*</i> <i>Manzana Horneada</i> <i>Panqueques Integrals</i>	<i>1% de Leche Baja en Grasa*</i> <i>Zanahorias al Vapor</i> <i>Arroz Integral</i>	<i>Leche Descremada*</i> <i>Ciruelas</i> <i>Tostadas Francesas Integral</i>

Almuerzo / Cena

<i>Leche Descremada*</i> <i>Ensalada de Verduras</i> <i>Cuñas de Papa</i> <i>Hamburguesa</i> <i>Rollos Integral</i>	<i>1% de Leche Baja en Grasa*</i> <i>Pimientos Rojos en Rodajas</i> <i>Melon</i> <i>Filete de Pescado</i> <i>Tortilla de Maiz(W.G.)</i>	<i>1% de Leche Baja en Grasa*</i> <i>Palitos de Calabacín</i> <i>Rodajas de Naranja</i> <i>Pollo Asado</i> <i>Pasta de Grano Entero</i>
---	---	---

Merienda

<i>Queso cheddar</i> <i>Mini-bagels de grano entero</i>	<i>Yogur</i> <i>Tortas de arroz(W.G.)</i>	<i>Atún</i> <i>Rollos integral</i>
<i>Triscuits</i> <i>Hummus</i>	<i>Mini-wheat Cereal</i> <i>1% o leche sin grasa *</i>	<i>Chicharos</i> <i>Quinoa</i>

* *Sirva leche entera a niños de 1 a 2 años*

Aspectos de los Nuevos Patrones de Comidas Infantil



- Ahora hay dos grupos de edad infantil : 0-5 meses, 6-11 meses
- Solo la leche materna o la fórmula infantil fortificada con hierro deben ser servidas a los infantes de 0-5 meses
- Los alimentos sólidos se debe introducir alrededor de los 6 meses, cuando el infante esta desarrolladamente listo.*
- Las frutas/vegetales son un componente requerido en la merienda.
- Si una madre amamanta a su hijo en el hogar de cuidado infantil familiar, esta comida es reemborsable. anotar "directamente amamantado " en el menú de infantes.
- 100% jugo, alimentos de queso o queso crema no son alimentos acreditables para los infantes.
- Huevos enteros y yogurt ahora son alimentos acreditables para los infantes .
- El yogur debe contener no mas de 23g de azucar por 6 onzas.
- Los cereales instantaneos para el desayuno no deben de contener más de 6g de azúcar por onza seca, y puede ser servido en la merienda.
- Las galletas de animales no son acreditables para los infantes.
- Los padres pueden proveer un componente de una comida reemborsable.

** Cuando el bebé está preparado para el desarrollo de alimentos sólidos, deben introducirse lentamente. Como los bebés pueden tener diferentes preferencias cada día, no es necesario ofrecer un alimento sólido como parte de cada patrón de comidas hasta que el niño haya desarrollado una tolerancia para él. Las comidas no van a ser prohibidas simplemente porque un alimento fue ofrecido un día y no el siguiente si eso es consistente con los hábitos alimenticios del bebé. Es importante que el proveedor y los padres tengan una buena comunicación sobre cuándo y qué alimentos sólidos servir al bebé mientras el bebé esté bajo el cuidado del proveedor. Cada alimento ofrecido a un infante debe registrarse y documentarse diariamente, incluso si no consumen todo o no lo consume .*

Per FNP guidance 2/22/18

Lista de Verificación de Alimentos Sólidos Infantiles:

- Fórmula infantil fortificada con hierro y cereal infantil seco, no combinar en botella
- Registre la cantidad de comida servida, no la cantidad consumida
- Comuníquese regularmente con los padres sobre los alimentos nuevos que han introducido. Regla general: solo sirva alimentos que se han introducido en el hogar del bebé.
- Los alimentos sólidos acreditables son alimentos de un solo ingredient (Manza y Platanos en un frasco esta bien). **Los alimentos mixtos y combinados comercialmente no son acreditables para los bebés** (como manzana y pollo mixto o cualquier cena mixta)

Patrón de comida infantil

Componente de Comidas	0 - 5	6 - 11
Desayuno/Almuerzo/Cena Leche materna o fórmula	Requerido	Requerido
Fruta / Vegetal	X	Solo si esta listo
Cereal infantil fortificados con hierro (IFIC)	X	Solo si esta listo
Carne/Alternativa de carne	X	Solo si esta listo
Merienda Leche maternal o formula	Requerido	Requerido
Fruta/Vegetal	X	Solo si esta listo
Y Pan, Galleta, Cereal o Cereal de Infante	X	Solo si esta listo
	Cantidad que debe Servir	
Desayuno/Almuerzo / Cena Leche maternal o Formula Fruta/Vegetal* Cereal infantil fortificados con hierro (IFIC) Y/O Carne/ O Alternativa a Carne** Aves, Pescado, Huevo Entero, Frijoles / Guisantes Queso Queso cottage Yogurt	4-6 fl oz	6-8 fl. oz 0-2 Tbsp 0-4 Tbsp Y/O 0-4 Tbsp 0-2 oz 0-4 oz 0-4 oz
Merienda Leche Maternal o Formula Fruta/ Vegetal* Granos: Pan Galleta IFIC o cereal listo para comer	4-6 fl oz	2-4 fl. oz 0-2 Tbsp 0-1/2 Rebanada O 0-2 Galletas O 0-4 Tbsp

X : Gradualmente introduzca alimentos sólidos cuando el bebé tenga alrededor de 6 meses de edad y esté desarrolladamente listo

* Una combinación de frutas y vegetales puede ser servido. ** Una combinación de IFIC y carne / sustituto de carne puede ser servido.

Alimentando al Bebé Durante el Primer Año

Los bebés crecen rápidamente durante el primer año de vida y hacen muchos cambios en los tipos de alimentos y texturas de los alimentos que pueden comer. A medida que los bebés crecen y se desarrollan, esté atento a los signos que fluyen que le indicarán cuándo están listos para un nuevo alimento.

Edad de los Bebés:

Nacimiento Hasta 5 Meses



Cuando los Bebés Pueden:

* Solo chupa y traga

Servir:

LÍQUIDOS SOLAMENTE

- * La Leche Materna
- * Fórmula Infantil Fortificada con Hierro

De 6 meses a 11 meses



Cuando los Bebés Pueden:

- * sorbe el labio superior o inferior a medida que se retira la cuchara de la boca
- * Mueven la lengua hacia arriba y hacia abajo
- * Sentarse
- * Abre la boca cuando ve comida
- * Bebe de una taza con ayuda, derames esperados
- * Mover la lengua de un lado a otro
- * Comienza a alimentarse por si mismo
- * Comienza a sostener la comida y usa los dedos para alimentarse
- * Bebe de una taza con ayuda, menos derramar

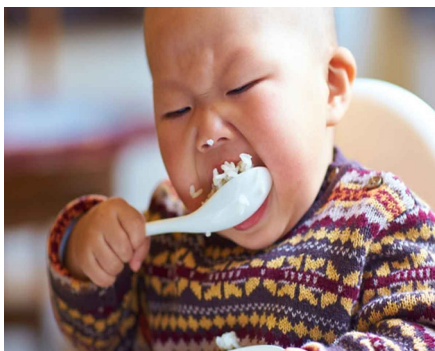
Servir:

ALIMENTOS SEMISOLIDOS Como:

- *Frutas / verduras coladas
- *yogur
- *Cereales infantiles fortificados con hierro

ALIMENTOS DE MESA MODIFICADOS Tales como:

- *Puré o cubitos de frutas / vegetales
- *Huevos revueltos
- *carne / aves cocidas
- *Pedazos de pan suave
- *Galletas



¡Prevenir la Asfixia!

Los niños menores de 4 años corren el mayor riesgo de asfixia. Casi el 90% de los niños que mueren por asfixia tienen menos de 4 años. Los niños de esta edad todavía están aprendiendo a masticar, a menudo no han desarrollado el movimiento de "moler" con los molares y pueden tragar alimentos enteros. Como sabemos, les gusta meterse cosas en la boca, pero tienen vías respiratorias pequeñas que pueden bloquearse fácilmente.

Según la guía del USDA, los alimentos que presentan el mayor riesgo de asfixia son los alimentos "redondos, en forma de tubo, pequeños, duros, gruesos y pegajosos, lisos, resbaladizos o moldeados fácilmente para adherirse a las vías respiratorias". Para alinearse con las licencias del estado de Massachusetts y las recomendaciones del USDA, la política de la Oficina de Programas de Alimentos y Nutrición (OFNP) de Massachusetts restringe el servicio de los siguientes alimentos a niños menores de 4 años:

- ☹ Perros calientes, salchichas, salchichas de enlace o alimentos procesados de forma similar
- ☹ Uvas, cerezas, bolas de melón (el melón está bien siempre que no esté en "forma de bola") o tomates cherry y uva
- ☹ Bayas específicas: bayas de kiwi, frambuesas, moras, bayas de goji
- ☹ Cacahuetes, nueces y semillas (por ejemplo, semillas de girasol o calabaza)
- ☹ Mantequilla de maní y mantequilla de nueces
- ☹ Frutas secas como las pasas o los arándanos

Hay muchos otros artículos que no están incluidos en la lista anterior, que aún pueden representar un peligro de asfixia debido a su forma (en forma de tubo, redonda, pequeña) o textura (dura, gruesa y pegajosa, lisa, resbaladiza o moldeable fácilmente). OFNP solicita que los proveedores consideren estas características cuando alimentan a niños menores de 4 años, y recomienda modificar cualquier artículo alimenticio que pueda representar un riesgo. Los proveedores deben considerar la alteración de los alimentos para que puedan ser servidos y poder masticarlos manejablemente. La información sobre métodos alternativos de preparación de alimentos se refiere solo a otros alimentos no identificados específicamente en la lista anterior. **Los alimentos mencionados anteriormente no se deben servir a niños menores de 4 años.**

Si los alimentos específicamente identificados anteriormente son servidos a niños menores de 4 años por un proveedor, en lugar de un rechazo financiero, se le dará asistencia técnica y entrenamiento adicional el cual será proporcionada por Yours for Children según la directrices de OFNP.

Minimice los riesgos de asfixia al:

- 😊 Asegurarse de que los niños estén sentados en posición vertical cuando comen
- 😊 Siéntate y supervise activamente a los niños mientras comen
- 😊 Anime a los niños a comer despacio
- 😊 Mantenga la hora de comer tranquila, lejos de ruidos y distracciones
- 😊 Evite comer "en la carrera"
- 😊 Asegúrese de que los niños no coman mientras caminan, corren o juegan

Descripción de los cambios en el Patrón de Comidas

1. Jugo 100% de Fruta o Vegetal es reembolsado una vez al día.
2. Frutas y vegetales son dos componentes separados en las comidas
3. Los postres a base de grano ya no son acreditados
4. Los cereales servidos en el desayuno no deben tener mas de 6 gramos de azúcar.
5. Carne o alternativos de carnes **pueden reemplazar** el grano en el desayuno 3x por semana
6. Dos grupo nuevos para infantes: 0-5 meses y 6-11 meses.
7. 100% jugo no es acreditable para infantes.
8. El tofu firme/extra firme es ahora acreditado como Carne/sustituto a la Carne, cuando contiene 6g de proteína por onza.
9. El yogur es limitado a 23g de azúcar por cada 6oz.
10. El almuerzo debe tener un servicio de vegetales.
11. Por lo menos una porción de pan/granos por día debe ser granos enteros.
12. Leche fluida servida a niños de 1-2 años de edad debe ser leche entera, sin sabor. Leche fluida servida a niños de 2 años y mayores debe ser 1% baja en grasa o descremada sin grasa. Ver pagina 11.

Sirviendo comidas

1. Las comidas fritas están prohibida como una forma de preparación de alimentos
2. La comida no puede ser usada como castigo o recompensa
3. El agua debe ser ofrecida a los niños pequeños usando señales visuales
4. El padre / tutor puede suplir un componente de la comida, como parte de una comida reembolsable .
5. Para una condición médica/alergia la proveedora puede sustituir dentro del mismo componente de la comida
6. para un niño con discapacidad medica la proveedora DEBE tener una carta médica en el archivo, mandar una copia de la carta médica a YFCI, y DEBE proveer la sustitución de la comida
7. Servir comidas al estilo familiar es una opción de servicio de comidas para su programa de cuidado
8. Las proveedoras DEBEN ofrecer la cantidad mínima requerida de cada comida que sirve en su programa
9. Las proveedores tienen que limitarse ha servir galletas de Graham (de cualquier forma) y galletas de animales a dos (2) veces por semana.

Mejores Practicas (No requeridas)

1. Sirva una fruta o vegetal en la merienda a niños mayores de 1 año de edad
2. Sirva una variedad de fruta entera. Proporcione al menos una porción de vegetales de color verde oscuro, rojos y vegetales de color naranjadas, frijoles y guisantes, vegetales almidonadas y otros vegetales semanalmente
3. Por lo menos sirva dos porciones de granos enteros diariamente
4. Sirva sólo carnes magras
5. Límitese a servir carnes procesadas no más de una vez en semana.
6. Sirva sólo quesos naturales, bajo en grasa o grasa reducida
7. Incorpore los alimentos de temporada y de producción local en las comidas
8. Limite el servicio de alimentos pre-fritos a no más de una porción por semana
9. Evite servir alimentos no acreditables que sean fuentes de azúcar añadida

Apéndice A: Estándar de Identidad de la FDA de Granos Enteros

Un Estándar de Identidad de la FDA es un conjunto de reglas para lo que cierto producto (como el pan de trigo integral) debe contener o puede contener para etiquetarse legalmente con ese nombre en el producto. La FDA proporciona estándares de identidad para ciertos productos como el pan de trigo integral (21 CFR 136.180) y ciertos productos de pasta de trigo integral (21 CFR 139.138).

Solo los panes con estos nombres de productos exactos se ajustan a un Estándar de Identidad de la FDA y se pueden considerar ricos en granos enteros usando este método:

- pan integral
- pan de trigo entero
- pan graham
- rollos de trigo integral
- rollos de trigo entero
- rollos graham
- bollos de trigo integral
- bollos de trigo entero
- bollos graham

Solo las pastas con estos nombres de productos exactos se ajustan a un estándar de identidad de la FDA y pueden ser considerado rico en granos enteros usando este método:

- *producto de macarrones de trigo integral*
- *macarrones de trigo integral*
- *espagueti de trigo integral*
- *fideos de trigo integral*

Otros productos de granos etiquetados como "trigo integral" que no tienen un Estándar de Identidad de la FDA, como galletas saladas, tortillas, bagels y biscuits, deben ser evaluados para la credibilidad rica en granos enteros para CACFP usando uno de los otros métodos de scrytos en la página 3.

Tenga en cuenta que los fabricantes pueden etiquetar sus productos con términos que son similares a, pero ligeramente diferentes de los términos del Estándar de Identidad de la FDA definidos anteriormente. Algunos términos frecuentemente encontrados incluyen "granos enteros", "hechos con granos integrales", "hechos con trigo integral" o "granos enteros". Estos términos no indican un Estándar de Identidad de la FDA para productos de trigo integral. Los alimentos etiquetados con estos términos deben evaluarse para la credibilidad rica en granos enteros para CACFP utilizando uno de los métodos descritos en la página 3, como la "Regla de los Tres".

Apéndice B: Ingredientes: Granos Integrales para la Regla de los Tres

Granos Integrales (debe ser el primer ingrediente de grano, puede ser el segundo o tercer ingrediente de grano)

- | | | |
|---|--|---|
| Maiz | Trigo | |
| <ul style="list-style-type: none">• Maíz Entero• Maíz de Grano Entero• Harina Integral de Maíz | <ul style="list-style-type: none">• Bulgur• Trigo Partido• Graham Harina• Trigo Integral Germinado• Bayas de Trigo• Sémola de Trigo• Harina de Trigo Duro Entera• Copos de trigo de Grano Entero• Harina de Trigo Integral | <ul style="list-style-type: none">• Quinoa• Sorgo• Harina de Sorgo• Bayas de Espelta• Alforfón Germinado• Einkorn Germinado• Brotado de Espelta• Teff• Teff Harina• Triticale• Harina de Triticale• Bayas Enteras Einkorn• Harina Einkorn de Granos Enteros• Harina de Espelta de Grano Entero |
| Avena | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Avena Instantánea• Granos de Avena• Avena a la Antigua• Avena de Cocción Rápida• Avena de Corte de Acero• Harina de Avena Integral | Otros Grano Entero | |
| Arroz | <ul style="list-style-type: none">• Amaranto• Harina de Amaranto• Alforfón• Harina de Trigo Sarraceno• Semillas de Alforfón• Mijo• Harina de Mijo | |
| Centeno | | |
| <ul style="list-style-type: none">• Granos de Centeno• Brote de Centeno Entero• Harina de Centeno | | |

Brans y Gérmenes (puede ser el **segundo** o **tercer** ingrediente de grano)

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Wheat bran• Oat bran• Corn bran | <ul style="list-style-type: none">• Rice bran• Rye bran• Wheat germ |
|---|---|

Granos Enriquecidos(puede ser el **segundo** o **tercer** ingrediente de grano)

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Harina de Trigo Enriquecida• Harina Blanca Enriquecida• Harina Durum Enriquecida• Harina de Centeno Enriquecida• Harina de Arroz Enriquecida | <ul style="list-style-type: none">• Harina de Maíz Enriquecida• Harina Bromada Enriquecida• Harina de Trigo Duro Enriquecida• Arroz Enriquecido |
|--|--|

Ingredientes Descartados (pueden ser ignorados como no incluidos en la Regla de los Tres)

Cualquier derivado de grano que generalmente se presenta en pequeñas cantidades, tales como:

Gluten de trigo, almidón de trigo, dextrina de trigo, almidón de maíz, dextrina de maíz, almidón de arroz, almidón de tapioca y almidón alimenticio modificado

Granos o Harinas No Acreditables (Los siguientes ingredientes **no son granos enteros o enriquecidos y no pueden ser uno de los primeros 3 ingredientes de granos**)

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Harina Bromada• Harina de Trigo• Harina Blanca• Harina de Trigo Duro• Fibra de Avena• Fibra de Maíz• Harina de Cebada Malteada• Malta de Cebada• Maíz | <ul style="list-style-type: none">• Harina de Maiz Amarillo• Harina de Maíz• Harina de Maíz Desgerminada• Sémola• Farina• Harina de Arroz• Harina de Papa• Cualquier Harina de Frijol• Cualquier Harina de Nueces |
|---|---|



Yours for Children, inc.

Póliza de Leche

El nuevo patrón de comidas USDA 2017 para niños modifica los requisitos de leche líquida en el Programa de alimentos para el cuidado de niños y adultos (CACFP). La leche servida en el CACFP debe cumplir con lo siguiente, que incluye los cambios que vienen con la implementación del nuevo Patrón de comidas para niños a partir del 1 de octubre de 2017:

- La leche entera se debe servir sin sabor, a los niños de un (1) año de edad.
- La leche descremada con poca grasa (1%) o sin grasa (descremada) y sin sabor* se debe servir a niños de dos (2) años de edad en adelante.
- Los sustitutos lácteos que son nutricionalmente equivalentes a la leche se pueden servir en lugar de la leche a niños con necesidades dietéticas médicas o especiales. Los padres deben proporcionarle al proveedor la documentación médica para cualquier sustitución.

La leche servida debe ser leche líquida pasteurizada que cumpla con los estándares estatales y locales, y que contenga vitamina A y D según lo especificado por la Administración de Alimentos y Medicamentos. La leche evaporada no cumple con la definición de leche. La leche puede ser leche sin lactosa, leche reducida en lactosa, suero de leche cultivado o leche acidificada.

*** La Póliza de Yours for Children omite servir leche con sabor a niños de seis (6) años o más para limitar la cantidad de azúcar consumida.**



Cumpliendo con los Nuevos Patrones de Comidas 2018

Este es un **ENTRENAMIENTO REQUERIDO** de 2 horas de Crédito de Capacitación del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP) .

La finalización exitosa cumple con su requisito de entrenamiento de Nutrición para año fiscal 2018.

Complete todas las preguntas del estudio en el hogar.

ENVÍE a la oficina de YFCI dentro de (2) SEMANAS de RECIBO

El USDA proporciona el cien por ciento de los fondos para este programa y publicación, por lo tanto, todas las publicaciones pueden ser copiadas libremente por USDA, el Departamento de Educación Primaria y Secundaria de Massachusetts y por cualquier otra institución bajo el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. . Por favor, acredite la fuente que figura en la lista cuando la administre o la de **Yours for Children, Inc.** cuando no se proporcione.

Esta institución es un proveedor de igualdad de oportunidades.