

# PATRÓN DE COMIDAS ACTUALIZADO DEL PROGRAMA DE COMIDAS PARA NIÑOS Y ADULTOS:

# COMIDAS PARA BEBÉS

Recientemente el USDA revisó los patrones de comidas de CACFP para asegurarse que los niños y adultos tienen acceso a comidas saludables y balanceadas diariamente. Los cambios al patrón de comida para bebés fomentan la lactancia y el consumo de vegetales y frutas sin azúcares añadidos. Los cambios a los patrones de comidas están basados en las recomendaciones de la Academia Nacional de Medicina” (National Academy of Medicine), la Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics) y la aportación de las partes interesadas. Los centros y los hogares de cuidado diario (guarderías) del CACFP deben cumplir con los patrones de comidas actualizados a partir del 1 de octubre, 2017.

## PATRÓN DE ALIMENTACIÓN INFANTIL ACTUALIZADO:



### Fomentar y apoyar la lactancia materna :

- Los proveedores pueden recibir un reembolso por comidas cuando una madre viene al centro de cuidado diario para lactar a su bebé; y
- Solo se servirá leche materna y formula a los bebés de 0 a 5 meses.



### Comidas apropiadas para la edad:

- Hay dos grupos de edades en lugar de tres: 0 a 5 meses de edad y 6 a 11 meses de edad; y
- Se introducen gradualmente las comidas sólidas alrededor de los 6 meses de edad, según sea apropiado para cada infante.

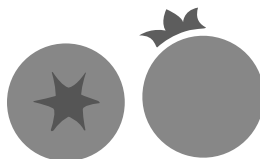


### Más comidas nutritivas:

- Debe servir un vegetal o una fruta, o ambos en la merienda para bebés de 6 a 11 meses de edad;
- Ya no se permite servir jugos o alimentos con queso o queso para untar; y
- Se permite servir cereales listos para comer en la merienda.

## Aprende más

Para mas information sobre el desarrollo y alimentacion de infantes visite: [USDA Team Nutrition's Feeding Infants Guide](#).





## PATRONES PREVIOS Y ACTUALIZADOS DE COMIDAS PARA BEBÉS: COMPÁRELOS

	PREVIO			ACTUALIZADO	
	0-3 Meses	4-7 Meses	8-11 Meses	0-5 Meses	6-11 Meses
<b>Desayuno</b>	4-6 fl oz leche materna o formula	4-8 fl oz leche materna o formula 0-3 cucharadas de cereal para infantes*	6-8 fl oz leche materna o formula 2-4 cucharadas de cereal para infantes 1-4 cucharadas de vegetales, frutas o ambos	4-6 fl oz leche materna o formula	6-8 fl oz leche materna o formula 0-4 cucharadas de cereal para infantes, carne de res, pescado, carne de ave, huevos enteros, frijoles secos cocinados o guisantes; o 0-2 oz de queso; o 0-4 oz (volumen) de requesón (cottage cheese); o 0-4 oz de yogurt; o una combinación* 0-2 cucharadas de vegetales, frutas o ambos
<b>Almuerzo o cena</b>	4-6 fl oz leche materna o formula	4-8 fl oz leche materna o formula 0-3 cucharadas de cereal para infantes* 0-3 cucharadas de vegetales, frutas o ambos*	6-8 fl oz leche materna o formula 2-4 cucharadas de cereal para infantes; y/o 1-4 cucharadas de carne, pescado, carne de ave, yema de huevo, frijoles secos cocinados o guisantes; o 1/2-2 oz de queso; o 1-4 oz (volumen) de requesón (cottage cheese); o 1-4 oz (peso) de alimentos con queso o queso para untar; o una combinación 1-4 cucharadas de vegetales, frutas o ambos	4-6 fl oz leche materna o formula	6-8 fl oz leche materna o formula 0-4 cucharadas de cereal para infantes, carne de res, pescado, carne de ave, huevos enteros, frijoles secos cocinados o guisantes; o 0-2 oz de queso; o 0-4 oz (volumen) de requesón (cottage cheese); o 0-4 oz de yogurt; o una combinación* 0-2 cucharadas de vegetales, frutas o ambos
<b>Merienda</b>	4-6 fl oz leche materna o formula	4-6 fl oz leche materna o formula	2-4 fl oz leche materna, formula, o jugo de fruta 0-½ rebanada de pan or 0-2 galletas*	4-6 fl oz leche materna o formula	2-4 fl oz leche materna o formula 0-½ rebanada de pan; or 0-2 galletas; or 0-4 cucharadas de cereal para infantes o cereal listo para comer* 0-2 cucharadas de vegetales, frutas o ambos

\*Requerido cuando el infante esté listo.

Todos los tamaños de las porciones son la cantidad mínima de los componentes de comidas requeridos.