



Recordatorios del Nuevo Patrón de Comidas

Por favor revise el siguiente resumen de las actualizaciones de patrones de comidas a partir del 1 de octubre del 2017.

Patrón de Comidas Actualizado para Niños y Adultos



Mayor variedad de vegetales y frutas:

- El componente combinado de frutas y vegetales ahora es un componente separado de vegetales y un componente separado de frutas; y
- Los jugos están limitados a uno por día.



Más cantidad de granos integrales:

- Por lo menos una porción de granos al día debe ser de granos integrales;
- Los postres basados en granos ya no contarán hacia el componente de granos; y
- Las onzas equivalentes (oz eq) son utilizadas para determinar la cantidad de granos acreditables (comenzando el 1 de octubre, 2019).



Más opciones de proteínas:

- Las carnes y los sustituto de carnes pueden ser servidos en lugar del componente completo de granos para el desayuno, un máximo de tres veces por semana; y
- El tofu cuenta como un sustituto de carne.



Menos azúcares añadidos:

- El yogur debe contener no más de 23 gramos de azúcar por cada 6 onzas; y
- Los cereales de desayuno deben contener no más de 6 gramos de azúcar por cada onza.



Aproveche cada sorbo:

- La leche entera sin sabor se debe servir a los niños de 1 año; la leche sin sabor baja en grasa o sin grasa se debe servir a niños de 2 a 5 años; y la leche sin sabor baja en grasa, o sin grasa se debe servir a niños de 6 años o mayores y adultos;
- Los sustitutos de leche no lácteos que son nutricionalmente equivalentes a la leche pueden ser servidos en lugar de la leche a niños y adultos con necesidades dietéticas especiales o médicas; y

Source: https://fns-prod.azureedge.net/sites/default/files/cacfp/CACFP_MealBP.pdf

Recordatorios de Programa/ Actualización del Patrón de Comida

Período de transición: Durante el período de transición habrá oportunidades de entrenamiento y asistencia técnica. Revise el paquete completo de entrenamiento entregado en el taller anual, si después de revisar los materiales todavía tiene preguntas, comuníquese con su consultor del programa.

Nueva Consultora de Programas: Para permitir variaciones en nuestro número de casos, se le asignará una nueva consultora de programa a partir del 10/01/2017. El aviso oficial se enviará pronto.

Entrenamiento Anual: Si no asistió al entrenamiento anual en persona o en línea, por favor de contactar a su consultora de programa.