



PROGRAMA DE COMIDAS PARA UN BEBÉ SALUDABLE

	PORCIONES ALIMENTICIAS	PRODUCTO ALIMENTICIO	CANTIDADES MÍNIMAS NECESARIAS		
			DESDE EL NACIMIENTO HASTA 3 MESES	DESDE 4 HASTA 7 MESES	DESDE 8 MESES HASTA 1 ^{ER} AÑO
DESAYUNO	Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro		4-6 fl. oz.	4-8 fl. oz.	6-8 fl. oz.
	Verduras/frutas		0	0	1-4 cdtas.
	Cereal infantil fortificado con hierro		0	0-3 cdtas.	2-4 cdtas.
MERIENDA	Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro		4-6 fl. oz.	4-6 fl. oz.	2-4 fl. oz.
	Pan o Producto tipo galleta salada	Pan integral o enriquecido <i>o</i>	0	0	0-1/2 rodaja
		Producto tipo galleta salada integral o enriquecido <i>o</i>	0	0	0-2 galletas
		Galleta para dentición o de fécula de arrurruz	0	0	0-2 de cada uno
ALMUERZO O CENA	Leche materna o fórmula infantil fortificada con hierro		4-6 fl. oz.	4-8 fl. oz.	6-8 fl. oz.
	Verduras/frutas		0	0-3 cdtas.	1-4 cdtas.
	Cereal infantil fortificado con hierro y/o carne y/o suplente de carne	Cereal infantil <i>o</i>	0	0-3 cdtas.	2-4 cdtas.
		Carne magra, pollo o pescado <i>o</i>	0	0	1-4 cdtas.
		Yema de huevo <i>o</i>	0	0	1-4 cdtas.
		Frijoles cocidas y secas, guisantes o lentejas <i>o</i>	0	0	1-4 cdtas.
		Queso <i>o</i>	0	0	1/2-2 oz.
		Queso Cottage	0	0	2-8 cdtas.

Puede darle leche materna o fórmula, o porciones de ambas. Sin embargo, se recomienda que le dé leche materna en lugar de fórmula desde el nacimiento hasta el primer año del bebé.

Para lactantes que regularmente consumen menos de la cantidad mínima de leche materna en cada comida, se les puede ofrecer una porción menor a la cantidad mínima de leche materna, siempre y cuando la leche materna adicional se ofrezca si el bebé aún tiene hambre.

Debido a que la introducción de alimentos sólidos cumple un objetivo importante en la dieta diaria del bebé, los alimentos sólidos son necesarios como parte de una comida reembolsable para bebés cuyo desarrollo está listo para estos. La decisión de brindar alimentos específicos debe tomarse siempre en consulta con el padre o tutor del bebé.

Para los bebés que reciben alimentos sólidos, el proveedor debe brindar al menos una porción de la comida para solicitar el reembolso, ya sea fórmula o un producto alimenticio.

El jugo 100% de fruta puede sustituirse por leche materna o fórmula infantil como merienda para bebés de 8 meses de edad y mayores; debe brindarse en un vaso.

No se debe servir más de una porción de jugo al día.

Consulte *Acreditación alimentos en CACFP* para obtener información acerca de los componentes específicos de las comidas.

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.