



PROGRAMA PARA LACTANTES DEL CACFP Menú Cíclico



0-5
MESES

6-11
MESES

LUNES
DÍA 1

MARTES
DÍA 2

MIÉRCOLES
DÍA 3

JUEVES
DÍA 4

VIERNES
DÍA 5

	0-5 MESES	6-11 MESES		LUNES DÍA 1	MARTES DÍA 2	MIÉRCOLES DÍA 3	JUEVES DÍA 4	VIERNES DÍA 5
DESAYUNO	4-6 oz	6-8 oz	LECHE	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés
		0-2 cucharaditas	FRUTAS/VEGETALES	GERBER 1 st FOODS Banana	GERBER 2 nd FOODS Manzana y aguacate	GERBER 1 st FOODS Mango y guava	GERBER 2 nd FOODS Manzana y arándanos	GERBER 1 st FOODS Melocotón
		0-4 oz	CEREALES/CARNES	Avena GERBER	Multicereales GERBER	Avena GERBER	Avena GERBER	Multicereales GERBER
ALMUERZO	4-6 oz	6-8 oz	LECHE	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés
		0-2 cucharaditas	FRUTAS/VEGETALES	GERBER 2 nd FOODS Calabaza	GERBER 1 st FOODS Ejotes o frijoles verdes	GERBER 2 nd FOODS Manzana y ciruela	GERBER 2 nd FOODS Camote y maíz	GERBER 2 nd FOODS Piña
		0-4 oz	CEREALES/CARNES	GERBER 2 nd FOODS Pollo y salsa	GERBER 2 nd FOODS Res y salsa	Avena GERBER	GERBER 2 nd FOODS Pavo y salsa	Multicereales GERBER
REFRIGERIO	4-6 oz	2-4 oz	LECHE	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés	Leche materna O fórmula para bebés
		0-2 cucharaditas	FRUTAS/VEGETALES	GERBER 1 st FOODS Camote	GERBER 2 nd FOODS Banana, arándanos y zarzamora	GERBER 2 nd FOODS Chicharos, zanahoria y espinacas	GERBER 2 nd FOODS Mango	GERBER 2 nd FOODS Manzana y ciruela
		0-4 oz	CEREALES/CARNES	Refrigerio de cereales con sabor a banana GERBER Puffs	Avena GERBER	Refrigerio de cereales con sabor a arándanos GERBER Puffs	Refrigerio de cereales con sabor a vainilla GERBER Puffs	Avena GERBER

- Se debe servir la leche materna o fórmula o porciones de ambas; sin embargo, se recomienda servir leche materna en lugar de fórmula desde el nacimiento hasta los 11 meses. A algunos bebés alimentados con leche materna que normalmente consumen una cantidad menor a la cantidad mínima de leche materna por comida se les podría ofrecer una porción inferior a la cantidad mínima de leche materna y ofrecer más leche materna posteriormente si el bebé quiere más.
- La fórmula para bebé y los cereales deshidratados para bebés deben estar enriquecidos con hierro.

- Se usan los equivalentes a onzas para determinar la cantidad de cereales acreditables.
- Una porción de los cereales debe ser cereales integrales enriquecidos, sémola enriquecida o harina enriquecida.
- Los cereales de desayuno no deben contener más de 6 gramos de azúcar por onza seca (no más de 21.2 gramos de sacarosa y otros azúcares por cada 100 gramos de cereales deshidratados). Se requiere una porción de este componente cuando el bebé esté listo para aceptarlo.
- No se deben servir jugos de fruta ni de vegetales.