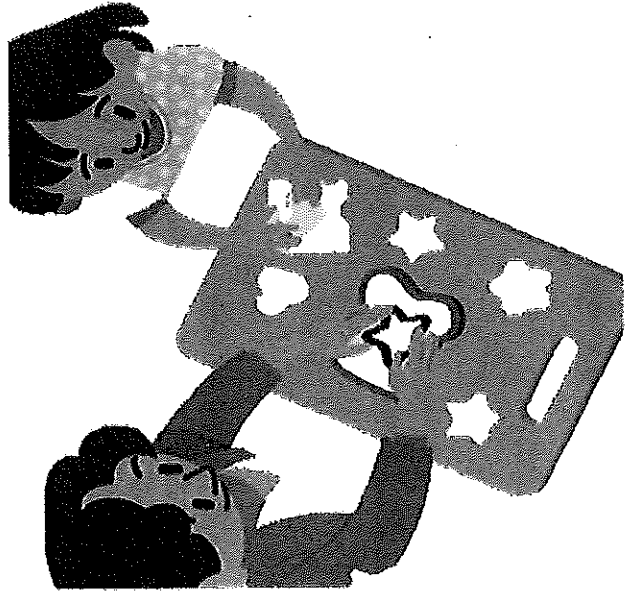


¿Cómo funciona CACFP?

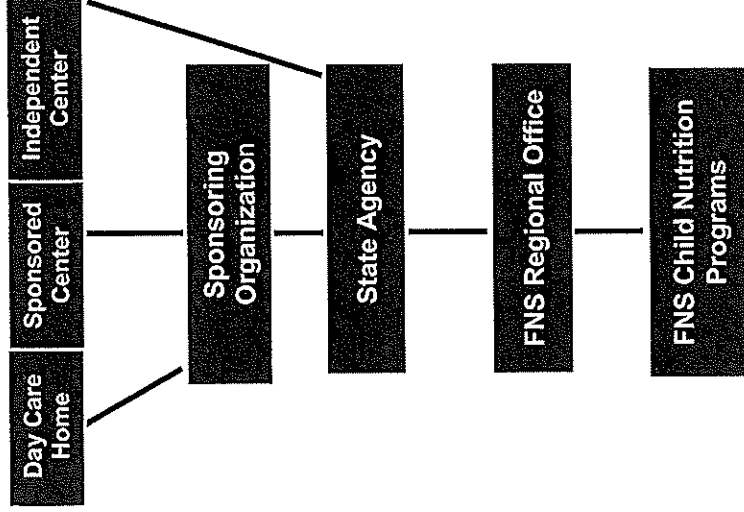
CACFP reembolsa a las guarderías y centros que participan en el programa por servir comidas nutritivas. El programa es administrado por el Food and Nutrition Service (FNS), una agencia del Departamento de Agricultura (USDA).

Agencias estatales aprueban organizaciones que patrocinan el programa y centro independientes cuales operan el programa. Las agencias estatales también controlan y proveen dirección y asistencia para asegurarse que el programa funciona adecuadamente.

Las organizaciones patrocinadoras apoyan a las guarderías y los centros con entrenamiento y supervisión. Todas la guarderías que participan en el CACFP lo hacen mediante una organización patrocinadora.



Asociados de CACFP



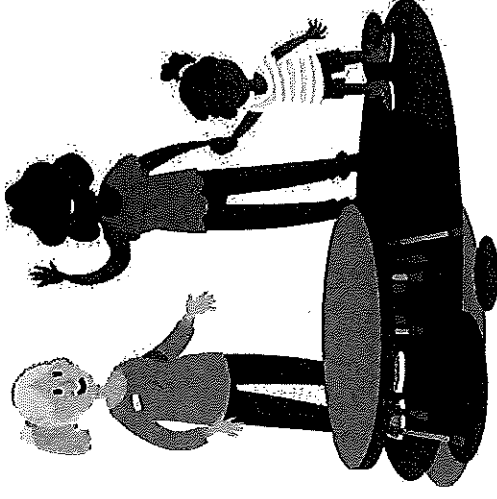
Información

Here is space for the State agency and sponsoring organization to add contact information.



FNS-319
Octubre 2019
USDA es un proveedor, empleador y prestamista que ofrece igualdad de oportunidades.

Construyendo El Futuro



En el Child and Adult Care Food Program (CACFP)

Construyendo

el Futuro

en el CACFP

¿Qué es CACFP?

CACFP es el programa de comida para los niños y adultos en guarderías. Es un programa federal que provee comida y bocadillos saludables para los niños y adultos en guarderías.

CACFP mejora la calidad de las guarderías. Incluso pone las guarderías al alcance económico de familias de bajos recursos.

Además de proveer comidas en las guarderías, CACFP hace más atractivos los programas ofrecidos después de escuela para los niños y adolescentes vulnerables. Las comidas y bocadillos atraen más a los estudiantes hacia las actividades de aprendizaje divertidas y seguras.

Los niños y adolescentes que no tienen hogar también pueden recibir comidas en hogares de refugios que participan en CACFP.

Here is space for the State agency and sponsoring organization to add contact information.

¿Quién es elegible para las comidas de CACFP?

CACFP provee comida saludable para mejorar la salud de los envejecientes y niños.

- Niños hasta los 13 años de edad,
- Niños de familias migrantes menores de 16 años de edad,
- Niños y adolescentes menores de 19 años en programas después de escuela en zonas de bajos ingresos,
- Niños y adolescentes menores de 19 años de edad viviendo en hogar de refugio, y
- Adultos incapacitados o mayores de 60 años e inscritos en guarderías para el cuidado de adultos.

¿Qué tipo de comidas sirven?

Centros de CACFP siguen las reglas nutricionales de USDA.

- Desayuno consiste de leche, frutas o vegetales, y granos.
- Almuerzo y Cena requieren leche, granos, carne u otras proteínas, frutas, y vegetales.
- Bocadillos incluye dos porciones de cinco componentes: leche, frutas, vegetales, granos, o carne u otras proteínas.

¿Dónde se sirven las comidas de CACFP?

Muchos tipos de facilidades participan en CACFP.

Centros de cuidado de niños:

Centros con licencia para el cuidado de niños y programas de Head Start proveen comidas y bocadillos a un gran número de niños.

Centros para cuidado antes o después de escuela:

Centros licenciados ofrecen cuidado y comida antes o después de escuela para grupos grandes de niños de edad escolar.

Guarderías de familia en casas:

Individuos licenciados para cuidar niños ofrecen cuidado más comidas y bocadillos a un grupo pequeño de niños en hogares privados.

Programas después de escuela para los niños vulnerables:

Centros en zonas de bajos recursos proveen actividades de aprendizaje con comidas y bocadillos a los niños y adolescentes de edad escolar.

Refugios de emergencia:

Refugios para personas sin hogar, víctimas de violencia doméstica, y adolescentes que han huido proveen vivienda y comidas gratis a los niños y adolescentes.

Centro de cuidado de adultos:

Centros licenciados proveen cuidado diurno con comidas y bocadillos a los adultos registrados.

Menu Template: CHILD

Fluid Milk

- Must be unflavored whole milk for 1-year-old children. Must be unflavored low-fat (1%) or unflavored fat-free (skim) milk for children 2 through 5 years old. Must be unflavored or flavored low-fat (1%) or unflavored or flavored fat-free (skim) milk for children 6 years old and older.

Fruit and Vegetable Components (two separate components at lunch, supper, and snack)

- Pasteurized, full-strength (100%) juice may only be used to meet the vegetable or fruit requirement at one meal, including snack, per day.
- A vegetable may be used to meet the entire fruit requirement at lunch and supper. When two vegetables are served at lunch or supper, two different kinds of vegetables must be served.
- At breakfast where the fruit and vegetable components are combined, centers and homes may serve a fruit, a vegetable, or portions of both.

Grain

- At least one serving per day, across all eating occasions, must be whole grain-rich (WGR).
- Grain-based desserts do not count toward meeting the grains requirement.
- Breakfast cereals must contain no more than 6 grams of sugar per dry ounce (no more than 21.2 grams of sugar per 100 grams of dry cereal).
- For more information on crediting different types of grains, see USDA's Using Ounce Equivalents for Grains in the CACFP and Calculating Ounce Equivalents of Grains in the CACFP.

Meat/Meat Alternate

- Meat and meat alternates may be used to meet the entire grains requirement a maximum of three times a week at breakfast only. One ounce of meat and meat alternates is equal to one ounce equivalent of grains.
- Yogurt must contain no more than 23 grams of total sugars per 6 ounces.

Minimum Required Portion Sizes

- For the minimum required portion sizes for each age group, see the Child Meal Pattern on PEARS/Download Forms in section 13000 – CACFP Meal Patterns. Larger portion sizes than specified may need to be served to children 13 through 18 years old to meet their nutritional needs.

Menu Template: CHILD

FACILITY NAME:		WEEK OF:				
	MEAL PATTERN	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
BREAKFAST	Serve all 3 components: Milk ¹ (Sub: soy or lactaid) Fruit/vegetable Grain ² (or M/MA 3x/week)					
AM SNACK ³	 Serve 2 components: Milk¹ Fruit Vegetable Grain² Meat/meat alternate 					
LUNCH	Serve all 5 components: Milk ¹ Fruit Vegetable Grain ² Meat/meat alternate					
PM SNACK ³	Serve 2 components: Milk ¹ Fruit Vegetable Grain ² Meat/meat alternate					
SUPPER	 Serve all 5 components: Milk¹ Fruit Vegetable Grain² Meat/meat alternate 					

¹ Centers and day care homes must document the type of milk served, including the fat content (e.g., whole, low-fat/1%; or fat-free/skim) and if the milk is flavored or unflavored.

² Centers and day care homes must document when a grain is whole grain-rich (WGR). This could be as simple as writing "WGR," "whole wheat" or "WW" in front of an item (e.g., "WGR bread").

³ Only one of the two components at snack may be a beverage. Centers or homes offering snack in the evening should write-in the evening snack service on the form.

All juice served is 100% full-strength juice.



Ofrecimiento del agua en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos del USDA

El Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés), requiere que los centros y hogares ofrezcan agua a los niños durante todo el día. Se recomienda, como una mejor práctica, que los sitios de cuidado también tengan agua disponible para los participantes adultos. El agua no es un componente alimenticio en el CACFP. Tampoco hay una cantidad mínima de porción requerida para el agua. Sin embargo, se puede servir agua:

- Junto con comidas y meriendas (refrigerios)
- Entre comidas y meriendas (refrigerios)
- Según lo solicite el adulto o el niño.



El agua y la salud



El beber suficiente agua es importante para una buena salud. El beber agua puede prevenir la deshidratación, una condición que puede hacer que el cuerpo se sobrecaliente. También, puede ayudar a prevenir el estreñimiento. Si el agua contiene fluoruro puede ayudar a prevenir las caries dentales.

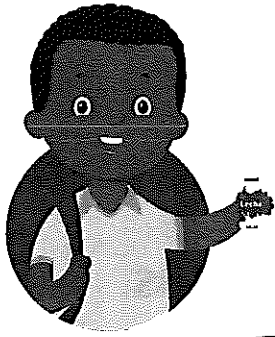
Las *Guías alimentarias para los estadounidenses* no tienen una recomendación sobre la cantidad de agua que los niños y los adultos necesitan al día. Los niños y los adultos pueden satisfacer sus necesidades de agua a través de alimentos y bebidas. Es posible que las personas necesiten beber más agua durante los períodos de clima cálido o frío y al hacer ejercicio.

Una nota sobre los bebés



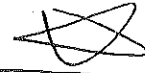
Por lo general, los bebés no necesitan beber agua hasta que tienen al menos 6 meses de edad. Una vez que un bebé ha comenzado a comer alimentos sólidos, le puede ofrecer al bebé pequeñas cantidades de agua con fluoruro en un vaso. Consulte con los padres o tutores de los bebés más grandes si debe ofrecerles pequeñas cantidades de agua.





Planificación de comidas y el agua

La leche es un componente alimenticio importante en el CACFP. La leche es una fuente de nutrición importante tanto para los niños como para los adultos.



- ✓ Según el patrón de comidas del CACFP para niños, no se puede servir el agua en lugar de la leche en las comidas. Sin embargo, se puede servir agua en la mesa junto con la leche.
- ✓ Según los patrones de comidas del CACFP para niños y adultos, solo se requieren dos componentes alimenticios en la merienda (refrigerio). Si la leche no se ofrece como uno de los dos componentes requeridos, considere el ofrecer agua con la merienda.
- ✓ Según el patrón de comidas del CACFP para adultos, usted puede servir yogur en lugar de la leche una vez al día. Además, una porción de leche es opcional en la cena. No es necesario que ofrezca agua en estas ocasiones, pero le recomendamos que lo haga.

Mantenga el agua disponible

Usted puede hacer que el agua esté disponible durante todo el día al:

- Colocar jarras de agua con tapas y vasos donde los participantes del programa puedan alcanzarlos. Use jarras que sean lo suficientemente pequeñas para que los niños las levanten y se sirvan.
- Colocar vasos al lado de un fregadero, fuente de agua u otra fuente de agua potable. O bien, sirva y ofrezca vasos con agua a los niños durante el día.
- Usar un taburete (banco) que sea fuerte y sólido para que los niños puedan alcanzar las fuentes de agua que son altas.
- Llevar la clase a la fuente de agua después de un juego activo.



Nota: intente ofrecer vasos de agua a los niños con regularidad durante el día, cuando no se recomiendan las estaciones para servirse agua, tales como durante una emergencia de salud pública o una pandemia. Siempre siga las guías de seguridad del departamento de salud local.

