

REQUISITOS DE LA LECHE EN CACFP



La leche es parte esencial de la dieta saludable de un niño. Es la fuente principal de calcio en la dieta estadounidense y está llena de proteínas, calcio y vitamina D.

REQUISITOS DE LA LECHE

Los requisitos de la leche del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (*Child and Adult Care Food Program, CACFP*) varían conforme el niño va creciendo, porque sus necesidades nutricionales van cambiando con el tiempo.

¿SABÍAS?

La leche materna se puede servir en lugar de leche a niños de cualquier edad.

LECHE SABORIZADA

- ✓ Debe servirse leche no saborizada a niños de 1-5 años.
- ✓ Puede servirse leche saborizada a niños mayores de 6 años siempre y cuando sea leche sin grasa.

Servir leche saborizada, que contiene buenas cantidades de azúcar añadida, puede aumentar la preferencia por alimentos y bebidas azucaradas en los niños.

INFANTES MENORES DE UN AÑO

- ✓ **Únicamente se puede servir leche materna o fórmula de infante fortificada con hierro durante todo el primer año de vida.**
- ✓ A los proveedores se les puede reembolsar si las madres amamantan a sus hijos en el recinto.
- ✓ La leche de vaca no es sustituto de fórmula de infante.

NIÑOS DE UN AÑO DE EDAD

- ✓ **La leche debe ser leche entera y no saborizada.**
- ✓ Para el mes siguiente al cumpleaños del niño de un año, se puede servir fórmula infantil fortificada con hierro para ayudar con la transición.

NIÑOS MAYORES DE DOS AÑOS

- ✓ **La leche debe ser sin grasa (skim) o baja en grasa (1%)**
- ✓ Para el mes siguiente al cumpleaños del segundo año de un niño, se puede servir leche entera y leche baja en grasa (2%) para ayudar con la transición a la leche descremada o al 1%.
- ✓ La leche saborizada no puede servirse a niños menores de 6 años.



LECHES NO LÁCTEAS

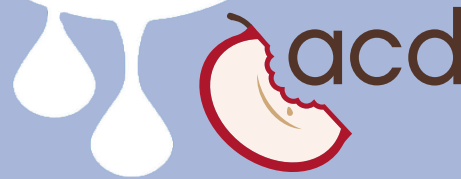
Si los niños no pueden tomar leche de vaca debido a preferencias de estilo de vida, étnicas o religiosas, se les pueden servir leches no **lácteas que son nutricionalmente equivalentes** a la leche de vaca (consulte la tabla «Estándares Nutricionales de Sustitutos de Leche» para obtener más detalles). Los sustitutos de leche acreditables deben cumplir con los estándares de nutrición descritos anteriormente y en el archivo debe haber un Formulario de necesidades dietéticas especiales (se debe marcar el tercer recuadro de la parte 8 y completar la solicitud de sustituto de leche líquida). Las leches no lácteas que se sirven a niños de 1 a 5 años no deben tener sabor.

Los proveedores deben hacer adaptaciones razonables para las sustituciones relacionadas con una discapacidad (como alergia severa a la leche). Las leches no lácteas que no cumplen con los estándares nutricionales de la leche de vaca como se describió anteriormente solo son acreditables si un niño tiene una discapacidad documentada y un Formulario de necesidades dietéticas especiales firmado por una autoridad médica en el archivo (se debe marcar la primera casilla de la parte 8) y las sustituciones deben estar enumeradas por la autoridad médica). Los formularios se pueden encontrar en

www.acdkids.org.

ESTÁNDARES NUTRICIONALES DE SUSTITUTOS DE LECHE		
Nutriente	Por Taza (8oz)	% Valor Diario
Calcio	276 mg	28%
Proteínas	8g	16%
Vitamina A	500 IU	10%
Vitamina D	100 IU	25%
Magnesio	24 mg	6%
Fósforo	222 mg	22%
Potasio	349 mg	10%
Riboflavina	0.44 mg	26%
Vitamina B-12	1.1 mcg	18%

PREGUNTAS FRECUENTES



A continuación se enumeran algunas de las preguntas comunes que sus pares se hacen sobre los requisitos de leche. No dude en comunicarse con nosotros a nutrition@acdkids.org si tiene preguntas o inquietudes adicionales.

COMPARACIÓN ENTRE LECHE ENTERA Y SIN GRASA

Nutrientes	Leche entera 1 taza (8 oz)	Leche sin grasa 1 taza (8 oz)
Agua	215 g	222 g
Proteínas	7.7 g	8 g
Grasa	3 g	0.2 g
Carbohidratos	11.7 g	12 g
Vitamina D	124 IU	115 IU
Calcio	276 mg	299 mg
Potasio	322 mg	282 mg

SI EN LA MISMA COMIDA TENGO UN NIÑO DE UN AÑO Y UN NIÑO DE DOS AÑOS, ¿DEBO SERVIRLES DOS TIPOS DISTINTOS DE LECHE?

Sí. El contenido de grasa en las leches servidas debe cumplir con los patrones de comida del CACFP para los distintos grupos de edades para poder recibir el reembolso.

¿POR QUÉ ES NECESARIO SERVIR LECHE ENTERA A NIÑOS DE UN AÑO?

Los niños menores de dos años necesitan la grasa para el desarrollo de su cerebro y nervios. Después de los dos años, el crecimiento se desacelera significativamente y necesita relativamente menos grasa.

¿POR QUÉ DEBO SERVIR LECHE SIN GRASA O LECHE BAJA EN GRASA A NIÑOS MAYORES DE 2 AÑOS?

Elegir leche y productos lácteos sin grasa o bajos en grasa proporciona los mismos nutrientes importantes, pero con menos grasa y menos calorías. Revise el cuadro «Comparación entre leche entera y sin grasa». Muchos niños comen mucho más grasa de la que necesita su cuerpo. Limitar la grasa en la leche es poco probable que produzca una deficiencia y les ayudará a mantener un peso saludable. En algunos casos, la leche baja en grasa tiene más de ciertos nutrientes que la leche entera.

¿DEBO PROPORCIONAR UNA LECHE NO LÁCTEA SI NO ESTÁ RELACIONADA CON UNA DISCAPACIDAD?

No, si una solicitud de leche no láctea no está respaldada por una discapacidad, queda a su discreción proporcionarla. Sin embargo, se recomienda encarecidamente satisfacer las necesidades dietéticas especiales de un niño, incluso si no está relacionado con una discapacidad.

¿CÓMO HAGO LA TRANSICIÓN?

De la leche entera a leche sin grasa o baja en grasa

Algunos niños no notarán el cambio de leche entera a las bajas en grasa. Si lo notan, haga que la transición sea lenta. El CACFP permite un mes de transición cuando cumplan dos años de edad. Al principio mezcle la leche entera con la leche baja en grasa y aumente poco a poco la proporción de la baja en grasa. Puedes hacer lo mismo con el cambio de la leche baja en grasa a leche sin grasa.

De la leche saborizada a la natural

Lo mejor es servirles leche natural desde el comienzo. Pero, ¿qué puede hacer si se niegan a beberla si no es saborizada?

- ✓ Sirva leche natural con el desayuno o merienda y en licuados hechos en casa.
- ✓ Busque otras opciones de leche acreditables como la *buttermilk* baja en grasa o sin grasa; o bien, leche acidificada sin grasa o baja en grasa (*kér*) o leches no lácteas sin saborizar que sean equivalentes en contenido nutricional a la leche de vaca.

REQUISITOS DE MENÚ/REEMBOLSOS

- ✓ Contenido de grasa en la leche servida. Por ejemplo: leche entera, baja en grasa (1%) o leche sin grasa (*skim*), Y
- ✓ Si la leche es saborizada



Este proyecto es financiado al menos en parte con fondos del USDA a través del Michigan Department of Education y/o Illinois State Board of Education. De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividades realizados o financiados por el USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por: (1) correo: U.S. Department of Agriculture Office of the Assistant Secretary for Civil Rights 1400 Independence Avenue, SW Washington, D.C. 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov. Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. (10/2015)