

Estándares de Nutrición en la Tabla de Patrones de Comidas del Programa de Desayunos Escolares

Cantidad mínima de cada componente de alimento por semana (oferta mínima por día)

Diaria para prekínder (Pre-K)

Componentes del patrón de comidas	1 a 2 años	3 a 5 años
Leche Sin sabor 1 a 2 años, leche entera 3 a 5 años, baja en grasa al 1 por ciento o sin grasa	(½) taza	(¾) taza
Frutas y verduras	(¼) taza	(½) taza
Granos Rico en granos integrales o enriquecidos		
<i>Producto de panadería: (por ej., bizcochos, panecillos, muffins)</i>		(0.5) oz.
<i>Cocido: cereales, granos de cereales, pasta</i>		(0.5) oz.
<i>Desayuno listo para comer</i>		
<i>Cereal, seco o frío: Copos o bolas</i>		(0.5) oz.
<i>Cereal inflado</i>		(0.7) oz.
<i>Granola</i>		(0.2) oz.

Diaria y semanal para niños en edad escolar

Componentes del patrón de comidas	Grados K-5	Grados 6 a 8	Grados 9 a 12	Grados K-12
Leche Sin sabor o saborizada¹ Baja en grasa al 1 por ciento o sin grasa	5 (1) tazas	5 (1) tazas	5 (1) tazas	5 (1) tazas
Frutas y verduras²	5 (1) tazas	5 (1) tazas	5 (1) tazas	5 (1) tazas
Granos Rico en granos integrales o enriquecidos	7.0-10.0 (1.0) oz. eq.	8.0-10.0 (1.0) oz. eq.	9.0-10.0 (1.0) oz. eq.	9.0-10.0 (1.0) oz. eq.
Especificaciones de nutrientes: cantidad diaria basada en una semana promedio de 5 días				
Calorías mín. - máx. (kcal)	350-500	400-550	450-600	450-500
Grasa saturada % de calorías totales	< 10	< 10	< 10	< 10
Objetivo de sodio (mg)	T1 ≤ 540 mg T2 ≤ 485 mg	T1 ≤ 600 mg T2 ≤ 535 mg	T1 ≤ 640 mg T2 ≤ 570 mg	T1 ≤ 540 mg T2 ≤ 485 mg
Grasas Trans	La etiqueta nutricional del producto/especificación del fabricante debe indicar 0 gramos de grasas trans por porción.			

1. Para K-12, una opción de leche debe ser sin sabor en cada servicio de comidas.
2. Hasta el 30 de junio de 2021, los CE pueden sustituir cualquier verdura de cualquier subgrupo en lugar de una fruta.



Food and Nutrition Division
School Nutrition Programs



TEXAS DEPARTMENT OF AGRICULTURE
COMMISSIONER SID MILLER

This product was funded by USDA.
This institution is an equal opportunity provider.



Updated 06/10/2021
www.SquareMeals.org

Estándares de Nutrición en la Tabla de Patrones de Comidas del Programa Nacional de Almuerzos Escolares

Cantidad mínima de cada componente de alimento por semana (oferta mínima por día)

Diaria para prekínder (Pre-K)			Diaria y semanal para niños en edad escolar				
Componentes del patrón de comidas	1 a 2 años	3 a 5 años	Componentes del patrón de comidas	Grados K-5	Grados 6 a 8	Grados K-8	Grados 9 a 12
Leche Sin sabor 1 a 2 años, leche entera 3 a 5 años, baja en grasa al 1 por ciento o sin grasa	(½) taza	(¾) taza	Leche Sin sabor o saborizada¹ Baja en grasa al 1 por ciento o sin grasa	5 (1) tazas	5 (1) tazas	5 (1) tazas	5 (1) tazas
Frutas	(½) taza	(¼) taza	Frutas	2½ (½) tazas	2½ (½) tazas	2½ (½) tazas	5 (1) tazas
Verduras	(½) taza	(¼) taza	Verduras Verde oscuro	3¾ (¾) tazas ½ taza	3¾ (¾) tazas ½ taza	3¾ (¾) tazas ½ taza	5 (1) tazas ½ taza
Granos Rico en granos integrales o enriquecidos			Roja/Naranja	¾ taza	¾ taza	¾ taza	1¼ tazas
<i>Productos de panadería tales como bizcochos, panecillos o muffins.</i>		(0.5) oz.	Frijoles/Guisantes (legumbres)	½ taza	½ taza	½ taza	½ taza
<i>Cereal para el desayuno, granos de cereales³ y/o pasta cocidos</i>		(0.5) oz.	Rico en almidón	½ taza	½ taza	½ taza	½ taza
Carne/sustitutos de carne			Otro	½ taza	½ taza	½ taza	¾ taza
<i>Carne magra, pollo o pescado</i>	(1.0) oz. eq.	(1.5) oz. eq.	Verdura adicional	1 taza	1 taza	1 taza	1½ tazas
<i>Tofu, producto de soya o productos sustitutos de proteínas</i>	(1.0) oz. eq.	(1.5) oz. eq.	Granos Rico en granos integrales o enriquecidos	8.0–9.0 (1.0) oz. eq.	8.0–10.0 (1.0) oz. eq.	8.0–9.0 (1.0) oz. eq.	10.0–12.0 (2.0) oz. eq.
<i>Queso</i>	(1.0) oz. eq.	(1.5) oz. eq.	Carne/Sustitutos de carne	8–10 (1) oz. eq.	9–10 (1) oz. eq.	9–10 (1) oz. eq.	10–12 (2) oz. eq.
<i>Huevo grande</i>	(1.0) oz. eq.	(1.5) oz. eq.	Especificaciones de nutrientes: cantidad diaria basada en una semana promedio de 5 días				
<i>Frijoles o guisantes cocidos y secos</i>	(0.5) oz. eq.	(0.75) oz.	Calorías mín. – máx. (kcal)	550–650	600–700	600–650	750–850
<i>Mantequilla de maní, mantequilla de nuez de soya u otra mantequilla de nuez o de semillas</i>	(1.1) oz. eq.	(1.7) oz. eq.	Grasa saturada % de calorías totales	< 10	< 10	< 10	< 10
<i>Yogur, natural o saborizado, sin endulzar o endulzado</i>	(4.0) oz. eq.	(6.0) oz. eq.	Objetivo de sodio (mg)	T1 ≤ 1230 mg T2 ≤ 935 mg	T1 ≤ 1360 mg T2 ≤ 1035 mg	T1 ≤ 1230 mg T2 ≤ 935 mg	T1 ≤ 1420 mg T2 ≤ 1080 mg
<i>Maní, nueces de soya, frutos secos o semillas</i>	(0.5) oz. eq.	(0.75) oz.	Grasas Trans	La etiqueta nutricional del producto/especificación del fabricante debe indicar 0 gramos de grasas trans por porción.			

1. Para K-12, una opción de leche debe ser sin sabor en cada servicio de comidas.