



# Cov Hom Noob Nplej (Cereals)

## (Cereal Types)

### Ua Nplai, Ua Lub Kheej, Su Pa los sis Ua Yam Granola

Qauv puas mov ntawm Lub Khoos Kas Zaub Mov Rau Me Nyuam Yaus thiab Cov Laus (CACFP) cais ua pawg ntawm cov noob nplej noob taum rau puas tshais uas noj tau kiag (qhuav, txias) ua nplai ua daim, ua lub kheej, su pa, thiab ua granola. Qhov ntau uas muab rau noj hauv Qauv Pluas Mov ntawm CACFP sib txawv nce rau pawg ntawm cov noob nplej noob taum.

Cov hauv qab no yog yog daim ntawv teev npe txog cov noob nplej noob taum (cereals) tau muab cais ua pawg uas yog cov ua nplai ua daim, ua lub kheej, su pa, los sis ua hom granola, thiab noj ntau npaum cas rau ib pluag. Saib rau qhov [CACFP Phau Ntawv Qhia Rau Mus Saib](#) rau daim ntawv teev npe ntwm WI WIC cov noob nplej noob taum (cereals) uas tau txais kev pom zoo lawm, suav nrog cov noob nplej noob taum (cereals) uas muaj tsos qab ntxiv uas tau teev tseg hauv qab no thiab cov uas yog cov noob nplej noob taum zoo uas tsis tau txhuam kom dawb (whole grain).

	Cov Noob Nplej Noob Taum (Cereals)	1-5 xyoos	6-18 xyoo
		Muab noj yam tsawg kawg 1/2 oz eq uas kwv yees li ntawm...	Muab noj yam tsawg kawg 1 oz eq uas kwv yees li ntawm...
<b>Cov Ua Nplai Ua daim</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cov Nplai Hmoov Nplej</li> <li>• Cov Nplai Hmoov Pob Kws</li> <li>• Fiber One</li> <li>• Cov Nplai Noob Txiv Hmab</li> <li>• Great Grains Banana Nut</li> <li>• Cov Noob Nplej Pleev Zib Ntab</li> <li>• Mini Spooners</li> <li>• Noob Qoob Mog Me</li> <li>• Nplej Oat Ua Plaub Fab</li> <li>• Hmoov Qoob Mog</li> <li>• Special K</li> <li>• Tag Nrho</li> <li>• Cov Noob Qoob Mog</li> </ul>	1/2 khob	1 khob
<b>Cov Ua Lub Kheej</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cheerios</li> <li>• Cov Nplej Oat Nkig</li> <li>• Tasteeos</li> <li>• Toasted Oats</li> </ul>	1/2 khob	1 khob
<b>Noob Nplej Su</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chex Cereal (Pob Kws, Txhuv, Noob Qoob Mog)</li> <li>• Crispix</li> <li>• Mov Nplej Nkig</li> <li>• Kix</li> <li>• Life</li> <li>• Mov Rice Krispies</li> </ul>	3/4 khob	1¼ khob
<b>Granola</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Granola</li> <li>• Thawj Cov Noob Txiv Hmab</li> </ul>	1/8 khob	1/4 khob