



CACFP Tus Qauv Pluas Mov Rau Me Nyuam Mos (CACFP Infant Meal Pattern)

CACFP tus qauv pluas mov rau me nyuam mos xav kom tsis txhob rawm muab cov zaub mov tawv rau noj kom txog thaum tus me nyuam mos muaj hnuv nyoog 6 lub hlis tso. Txawm li cas los xij, thaum yuav muab cov zaub mov tawv rau noj yuav nyob rau ntawm tus me nyuam mos lub hnuv nyoog. Cov me nyuam mos loj hlob sib txawv - qee cov me nyuam mos yeej noj tau cov zaub mov tawv ua ntej hnuv nyoog 6 lub hlis thaum uas lwm cov mam noj tau tom qab muaj hnuv nyoog 6 lub hlis.

Qhov ntaub ntawm zaub mov uas tau teev tseg hauv tus qauv pluas mov pib nrog xoom (0) vim tias tsis yog txhua cov me nyuam mos yuav loj hlob npaj txhij los noj tau cov zaub mov tawv thaum nyob rau qee ncuav hnuv nyoog. Nws tsis txhais tau tias kev muab zaub mov rau noj yog qhov kev xaiv. Thaum tus me nyuam mos loj hlob es npaj txhij los noj cov zaub mov, suav muaj cov me nyuam mos uas yau dua 6 lub hlis, cov khoos kas yuav tsum tau muab cov zaub mov rau tus me nyuam mos tau.

Pluas Tshais/Pluas Su/Pluas Hmo	
Thaum yug los txog 5 lub hlis	6 hli txog 11 lub hlis
Niam mis li 4-6 ounces, cov mis hmoov iron fortified, los sis cov feem ntawm ob qho tib si	<p>Niam mis li 6-8 ounces, cov mis hmoov iron fortified, los sis cov feem ntawm ob qho tib si</p> <div style="text-align: center; background-color: #f4a460; padding: 5px; border: 1px solid black;"> thiab thaum loj hlob npaj txhij lawm <i>(Ib qho los sis ntau cov khoom noj ntawm cov nqe hauv qab no)</i> </div> <p>0-½ oz eq (0-4 diav noj mov) iron fortified infant cereal (IFIC)*; LOS SIS 0-4 diav noj mov nqaij, ntses, nqaij qaib, ib lub qe, cov noob taum qhuav ua siav lawm, los sis cov noob taum qhuav ua siav lawm); LOS SIS 0-2 ounces ntawm mis nyuj khov; LOS SIS 0-4 ounces (qhov ntau) ntawm mis nyuj khov los sis mus nyuj qaub THAIB 0-2 diav noj mov zaub, txiv ntoo, los sis sib xyaws ob yam tib si (txhob muab kua txiv ntoo)</p>
<p><i>*Cov khoom noj muaj noob nplej (piv txwv li, khaub ci, ncuav phom, cov waffle, cov hnoov npej rau plus tshais, lwm yam ntxiv.) tsis yog cov zaub mov uas ntseeg tau rau pluas tshais, pluas su, thiab pluas hmo hauv tus qauv pluas mov rau me nyuam mos. Lawv tsis tuaj yeem muab rau noj hauv qhov chaw ntawm IFIC.</i></p>	

Khoom Noj Txom Ncauj	
Thaum yug los txog 5 lub hlis	6 hli txog 11 lub hlis
Niam mis li 4-6 ounces, cov mis hmoov iron fortified, los sis cov feem ntawm ob qho tib si	<p>Niam mis li 2-4 ounces, cov mis hmoov iron fortified, los sis cov feem ntawm ob qho tib si</p> <div style="text-align: center; background-color: #f4a460; padding: 5px; border: 1px solid black;"> thiab thaum loj hlob npaj txhij lawm <i>(Ib qho los sis ntau cov khoom noj ntawm cov nqe hauv qab no)</i> </div> <p>0-½ oz eq khaub ci/cov khoom noj zoo li khaub ci**; LOS SIS 0-¼ oz eq cov cracker; LOS SIS 0-½ oz eq (0-4 diav noj mov) iron fortified infant cereal (IFIC); LOS SIS 0-¼ oz eq hmoov nplej rau pluas tshais uas noj tau kiag THAIB 0-2 diav noj mov zaub, txiv ntoo, los sis sib xyaws ob yam tib si (txhob muab kua txiv ntoo)</p>

***Cov khoom noj uas zoo li khaub ci: daim biscuit, bun, roll, muffin, muffin Askiv, ncuav phom, cov khaub ci pita, cov tortilla phom, cov waffle Saib rau nplooj ntawm tom ntej rau **Daim Phiaj Qhia Txog Cov Noob Nplej Rau Me Nyuam Mos** thiab qhov ntau uas tuaj yeem muab rau noj tau.*

Cov Kev Xav Tau Ntxiv
<ul style="list-style-type: none"> • Cov me nyuam mos uas pub niam mis uas noj mis tau tsawg tshaj qhov ntau uas yuav tsum tau noj tsawg kawg nkaus toj kev noj ib zaug yuav tsum tau muab rau noj tsawg dua qhov me kawg nkaus nrog niam cov mis ntxiv uas muab rau tom qab yog tias tus me nyuam mos yuav noj ntxiv. • Mis qaub (Yogurt) yuav tsum muaj piam thaj tag nrho tsis pub ntau tshaj 23 gram toj 6 ounce. • Cov noob nplej uas tau muab rau noj thaum noj khoom txom ncauj yuav tsum yog cov noob nplej uas zoo tsis tau txhuam kom dawb, cov pluas mov zoo, los sis cov hmoov nplej uas zoo. • Cov hmoov nplej rau pluas tshais uas muab rau noj thaum noj khoom txom ncauj yuav tsum muaj piam thaj tsis pub ntau dua 6 gram toj ib ounce qhuav.



CACFP Daim Phiaj qhia Txog Cov Noob Nplej Rau Me Nyuam Mos (CACFP Infant Grains Chart)

Cov khoom noj uas muaj noob nplej hauv qab no yog qhov ntseeg tau hais txog KHOOM NOJ TXOM NCAUJ nkaus xwb.

Daim phiaj hauv qab no yog phau ntawv qhia txog qhov loj uas muab rau noj tau rau cov khoom noj uas muaj noob nplej uas feem ntau muab rau cov me nyuam mos noj. Qhov ntau uas tau teev tseg yog yam uas yuav tsum tau muab rau noj kom ua tau raws li qhov ounce sib npaug (oz eq) rau qhov xav tau cov noob nplej. Lawv nce rau qhov hnyav ntawm cov khoom muaj noob nplej hauv gram (g).

Cov Khaub Ci thiab Cov Khoom Noj Uas Zoo Li Khaub Ci: Yuav Tsum Muab 1/2 oz eq	
Qhov Khoom Uas Muaj Noob Nplej thiab Qhov Loj	1/2 oz eq yog kev yees li ntawm...
Daim Biscuit	1/2 lub biscuit los sis 14 g
Khaub Ci	1/2 daim los sis 14 g
Dam Bun los sis Roll	1/2 bun/roll los sis 14 g
Muffin Pob Kws	1/2 lub muffin los sis 17 g
Muffin Askiv (saum toj thiab hauv qab)	1/4 lub muffin los sis 14 g
Ncuav Phom	1/2 daim pancake los sis 17 g
Khaub Ci Pita/Lwm	1/4 daim pita los sis 14 g
Daim Tortilla, Phom, Ua Hmoov Pob Kws (txog li ntawm 5 1/2")	3/4 daim tortilla los sis 14 g
Daim Tortilla, Phom, Ua Hmoov (~ 6")	1/2 daim tortilla los sis 14 g
Daim Tortilla, Phom, Ua Hmoov (~ 8")	1/4 daim tortilla los sis 14 g
Daim Waffle	1/2 daim waffle los sis 17 g
Cov Cracker thiab Cov Hmoov Nplej Noj Tau Kiaj: Yuav Tsum Tau Muab 1/4 oz eq	
Qhov Khoom Uas Muaj Noob Nplej thiab Qhov Loj	1/4 oz eq yog li ntawm...
Hmoov Nplej, Noj Tau Kiaj: Ua Nplai los sis Ua Lub Kheej (piv txwv li, cov hmoov nplej ua daim duab voj voos)	4 Diav Noj Mov (1/4 khob) los sis 7 g
Hmoov Nplej, Noj Tau Kiaj: Su (piv txwv li, cov hmoov nplej mov su nkig)	5 Diav Noj Mov (1/3 khob) los sis 7 g
Cov Cracker, Tsiaj (txog li ntawm 1 1/2" x 1")	4 daim cracker los sis 7 g
Daim Cracker, Ua Daim Duab Dais* los sis Zoo Ib Yam, Qab Zib (txog li ntawm 1" x 1/2")	6 daim cracker los sis 7 g
Daim Cracker, Mis Nyuj Khov, Ua Plaub Fab, Savory (txog li ntawd 1" x 1")	5 daim cracker los sis 6 g
Daim Cracker, Ua Daim Duab Ntses los sis Zoo Ib Yam, Savory (txog li ntawm 3/4" x 1/2")	11 daim cracker los sis 6 g
Daim Cracker, Graham* (txog li ntawm 5" x 2 1/2" ib daim loj tag nrho)	1/2 daim cracker los sis 7 g
Khaub Noom Cracker, Qwj Piv Deg	14 daim cracker (1/8 khob) los sis 6 g
Daim Cracker, Ua Lub Kheej, Savory (txog li ntawm 1 3/4" dav)	2 daim cracker los sis 6 g
Daim Cracker, Ua lub Kheej, Savory, Me (txog li ntawd 1" dav)	4 daim cracker los sis 6 g
Daim Cracker, Daw Ntsev (txog li ntawm 2" x 2")	2 daim cracker los sis 6 g
Daim Cracker, Daim Hmoov Nplej Nyias, Ua Plaub Fab, Savory (txog li ntawm 1 1/4" x 1 1/4")	3 daim cracker los sis 6 g
Khaub Noom Cracker, Zwieback*	1 daim cracker los sis 6 g

*Zib ntab los sis cov zaub mov uas muaj tsos qab zib ntab yuav tsum tsis txhob muab pub rau cov me nyuam mos noj uas muaj hnub nyoog qis dua 1 xyoos.

Txo Qis Cov Kev Pheej Hmoov Yuav Daig Caj Pas:

- Tsis txhob muab cov daim cracker uas muaj cov noob thiab cov noob taum rau me nyuam mos noj.
- Txiav cov khaub ci thiab cov khoom noj zoo li khaub ci ua cov daim nyias los sis cov daim me tsis pub loj dua 1/2 nti.