

Patrón de comidas para el almuerzo de 2024-25

(Lunch Meal Pattern 2024-25)

Componente del patrón de comidas	De jardín de infantes a 5.º grado	De 6.º a 8.º grado	De jardín de infantes a 8.º grado	De 9.º a 12.º grado
Frutas (tazas) ^{abc}	Semanal: 2 tazas y ½ Diario: ½ taza			Semanal: 5 tazas Diario: 1 taza
Vegetales (tazas) ^{ac}	Semanal: 3 tazas y ¾ Diario: ¾ taza			Semanal: 5 tazas Diario: 1 taza
Verduras de hoja oscura ^{de}	½ taza			½ taza
Verduras rojas/naranjas ^e	¾ taza			1 taza y ¼
Frijoles, guisantes, ^{ef} y lentejas	½ taza			½ taza
Verduras almidonadas	½ taza			½ taza
Otro ^e	½ taza			¾ taza
Vegetales adicionales para alcanzar el total ^g	1 taza			1 taza y ½
Granos (oz eq) ^{hi}	Semanal: ≥ 8 oz eq Diario: 1 oz eq			Semanal: ≥ 10 oz eq Diario: 2 oz eq
Carnes/alternativas a la carne (oz eq) ^h	Semanal: ≥ 8 oz eq Diario: 1 oz eq	Semanal: ≥ 9 oz eq Diario: 1 oz eq		Semanal: ≥ 10 oz eq Diario: 2 oz eq
Leche líquida (tazas) ^j	1 taza diaria para todos los grupos de todas las edades/grados			
Otras especificaciones: Monto diario según el promedio para una semana de 5 días				
Calorías mínimas y máximas (kcal) ^{kl}	550-650	600-700	600-650	750-850
Grasas saturadas (% de las calorías totales) ^l	< 10			
Objetivo 1A de sodio (mg) ^{lm}	≤ 1110	≤ 1225	< 1110	≤ 1280

- a. La porción mínima acreditable para frutas y vegetales es 1/8 taza.
- b. Las frutas secas acreditan el doble del volumen de la porción (por ejemplo, ¼ taza de frutas secas acredita como 1/2 taza de frutas).
- c. No más de la mitad de las frutas o los vegetales que se ofrecen pueden estar en forma de jugo. Los jugos deben ser 100 % puros.
- d. Las verduras de hoja verde equivalen a la mitad del volumen de su porción (por ejemplo, 1 taza de verduras de hoja verde acredita como 1/2 taza de verduras).
- e. El requerimiento del subgrupo de vegetales "Otro" se puede cumplir con cualquier cantidad adicional de los subgrupos de verduras de hoja verde, verduras rojas/naranjas, y frijoles, guisantes y lentejas.

- f. Los frijoles, los guisantes y las lentejas se pueden ofrecer con el componente de carnes/alternativas a la carne o con el componente vegetal diario, pero no ambos componentes. Los frijoles, los guisantes y las lentejas que se ofrecen con el componente de carnes/alternativas a la carne puede acreditarse como el requerimiento semanal del subgrupo de vegetales de frijoles, guisantes y lentejas.
- g. Se puede ofrecer cualquier subgrupo de vegetales para alcanzar el requerimiento semanal total de vegetales.
- h. La porción mínima acreditable para los granos y la carne/alternativa a la carne es de 0,25 equivalentes en onzas (oz eq).
- i. Al menos el 80 por ciento de los granos que se ofrecen durante la semana deben ser ricos en granos integrales.
- j. Todos la leche fluida debe ser baja en grasas (1 por ciento de grasa o menos, sin sabor o saborizada) o libre de grasas (sin sabor o saborizada).
- k. El promedio diario de calorías para una semana escolar de 5 días debe estar dentro del rango (al menos el mínimo y no más que los valores máximos).
- l. Las fuentes discrecionales de calorías (grasas solidas y azúcares añadidas) deben agregarse al patrón de comidas si se encuentran dentro de las especificaciones para las calorías, las grasas saturadas y el sodio.
- m. El objetivo 1A de sodio es efectivo hasta el SY 2026-27.

Patrón de desayuno 2024-25

(Breakfast Meal Pattern 2024-25)

Componentes del patrón de comidas	De kínder a 5.º grado	De 6.º a 8.º grado	De kínder a 8.º grado	De 9.º a 12.º grado	De kínder a 12.º grado
Frutas (tazas) ^{ab d}	Semanal: 5 tazas Diario: 1 taza				
Vegetales (tazas) ^{ac de}	0 tazas diarias No es obligatorio servir verduras en el School Breakfast Program (Programa de Desayuno de la Escuela, SBP). Las escuelas pueden sustituir las verduras por frutas.				
Cereales o carne o alternativos de la carne (onza equivalente) ^{fgh}	Semanal: ≥7 onzas equivalentes Diario: 1 onza equivalente	Semanal: ≥8 onzas equivalentes Diario: 1 onza equivalente	Semanal: ≥8 onzas equivalentes Diario: 1 onza equivalente	Semanal: ≥9 onzas equivalentes Diario: 1 onza equivalente	Semanal: ≥9 onzas equivalentes Diario: 1 onza equivalente
Leche líquida (tazas) ⁱ	1 taza diaria para cada grupo de edad				
Otras especificaciones: Cantidad diaria según el promedio para una semana de 5 días					
Calorías mínimas y máximas (kcal) ^{jk}	350-500	400-550	400-500	450-600	450-500
Grasa saturada (% de calorías totales) ^k	<10				
Objetivo 1 de sodio (mg) ^{kl}	≤540	≤600	≤540	≤640	≤540
Azúcares añadidas ^m (En vigor a partir del 1 de julio de 2025)	Cereales: No más de 6 gramos de azúcares añadidas por onza seca Yogur: No más de 12 gramos de azúcares añadidas por 6 onzas Leche saborizada: No más de 10 gramos de azúcares añadidas por 8 onzas líquidas (1 taza)				

- La porción acreditable mínima para las frutas y verduras es de 1/8 taza.
- Las frutas secas se equivalen como el doble de su volumen (por ejemplo, ¼ de taza de fruta seca se acredita como 1/2 taza de fruta). Como máximo, la mitad de los ofrecimientos de frutas o verduras pueden ser en forma de jugo. El jugo debe ser 100% puro.
- Las verduras de hoja verde equivalen la mitad de su volumen (por ejemplo, 1 taza de verduras de hoja verde equivale a 1/2 taza de verduras).
- Las escuelas deben ofrecer 1 taza de fruta o verdura al día y 5 tazas de fruta o verdura a la semana.
- Hasta el 20 de junio de 2025, [Congressional Flexibility \(Flexibilidad en el Congreso\) SP 06-2023](#) permite a las escuelas sustituir la fruta por cualquier subgrupo de verduras. A partir del 1 de julio de 2025, school food authorities (autoridades alimentarias escolares, SFA) que ofrecen verduras en el desayuno un día a la semana pueden ofrecer una verdura de cualquier subgrupo mientras que las escuelas que ofrecen verduras dos o más días a la semana están obligadas a ofrecer verduras de al menos dos subgrupos diferentes.
- La porción acreditable mínima para cereales y carne o alternativas de la carne es de 0,25 onzas equivalentes.
- Al menos el 80% de los cereales ofrecidos a lo largo de la semana deben ser ricos en granos integrales. Las escuelas que decidan ofrecer una mezcla de cereales y M/MA en el desayuno calcularán la oferta de cereales integrales requerida basándose en la cantidad total de cereales ofrecidos en el desayuno durante la semana, en onzas equivalentes.
- Las escuelas deben ofrecer diariamente 1 onza equivalente de cereales, M/MA o una combinación de ambos.
- Toda la leche líquida debe ser baja en grasa (1% de grasa o menos, con o sin sabor) o sin grasa (con o sin sabor).



- j. El promedio diario de calorías para una semana escolar de 5 días debe estar dentro del rango (al menos el mínimo y no más que los valores máximos).
- k. Las fuentes discrecionales de calorías (grasas sólidas y azúcares añadidas) pueden añadirse al patrón de comidas si se ajustan a las especificaciones de calorías, grasas saturadas y sodio.
- l. El objetivo 1 de sodio (ya indicado) es efectivo hasta el 30 de junio de 2027.
- m. A partir del 1 de julio de 2025, se aplicarán límites en función del producto para los cereales, el yogur y la leche saborizada.