

# En Una Palabra

## Smart Snacks

Estándares de nutrición para todas las comidas que se venden en las escuelas  
Año académico 2018-2019



Smart Snacks Final Rule (Regla Final sobre Smart Snacks), finaliza las pautas de nutrición según la ciencia para las comidas competitivas que se venden en las escuelas durante el día escolar. Las comidas y bebidas que se venden en las escuelas deben cumplir tanto con los estándares generales como con los estándares de nutrientes delineados en la regla final si no califican para una exención.

### Comidas

#### Estándares Generales

Los platos fuertes, los snacks y los acompañamientos deben cumplir uno de los siguientes criterios:

- Ser un producto rico en granos integrales
- Tener una fruta, verdura, producto lácteo o alimento proteico (carne, frijoles, ave, etc.) como el primer ingrediente
- Ser una comida combinada con al menos ¼ taza de frutas y/o verduras

#### Estándares de Nutrientes

Los estándares de nutrientes deberían ser evaluados para ver el tamaño de la porción que está disponible para la compra e incluir todos los acompañamientos. Los platos fuertes, los snacks y los acompañamientos deben cumplir todos los siguientes estándares:

Nutriente	Límite permisible
Calorías, Plato fuerte	≤350 Calorías
Calorías, Snack o acompañamiento:	≤200 Calorías
Grasa	≥35% del total de calorías de la grasa. <i>Exenciones: queso reducido en grasa, queso mozzarella parcialmente descremado, nueces, semillas, mantecas de nueces/semillas, fruta seca con nueces o semillas (sin edulcorantes nutritivos ni grasas agregadas), mariscos sin grasa agregada y huevos</i>
Grasa Saturada	≥10% del total de calorías de la grasa saturada. <i>Exenciones: queso reducido en grasa, queso mozzarella parcialmente descremado, nueces, semillas, mantecas de nueces/semillas, fruta seca con nueces o semillas (sin edulcorantes nutritivos ni grasas agregadas), mariscos sin grasa agregada y huevos</i>
Grasa Transgénica	0 g de grasa transgénica (<0.5 g)
Sodio, Plato fuerte	≤480 mg
Sodio, Snack o acompañamiento:	≤200 mg
Azúcar	≥35% del peso del total de azúcar. <i>Exenciones: frutas o verduras secas/deshidratadas sin edulcorantes nutritivos agregados, frutas secas con edulcorantes nutritivos para el procesamiento y/o la palatabilidad, y frutas secas con sólo nueces/semillas (sin edulcorantes nutritivos ni grasas agregadas)</i>

#### Exenciones de Estándares Generales y de Nutrientes

Los siguientes artículos están exentos de todos los estándares generales y de nutrientes:

- Un plato fuerte el día de o el día después de que se sirve como parte de una comida reembolsable
- Frutas y verduras frescas y congeladas sin ingredientes agregados excepto agua
- Frutas enlatadas sin ingredientes agregados excepto agua, que están empaquetados en 100% jugo, almíbar extra liviano o almíbar liviano
- Verduras enlatadas con bajo contenido de sodio o sin sal sin agregado de grasa

#### Platos Fuertes

A los fines de Smart Snacks, un plato fuerte se define como el plato principal de una comida que cumple con una de las siguientes definiciones:

- Una comida combinada de carne/alternativa a la carne y granos ricos en granos integrales
- Una comida combinada de carne/alternativa a la carne y verduras y frutas
- Una carne/alternativa a la carne únicamente (excluye yogurt, queso, nueces, semillas, mantecas de nueces/semillas, y snacks de carne (por ejemplo, cecina de vaca [beef jerky]))
- Un plato fuerte del desayuno definido por el planificador del menú y servido como parte del Programa de Desayuno Escolar

Si un producto no cumple con ninguna de las calificaciones de un plato fuerte, debe ser evaluado en comparación con los estándares de nutrientes de un snack/acompañamiento.

### Bebidas

Tipo de Bebida	Escuela primaria	Escuela media	Escuela secundaria
Agua (simple), <i>sin gas o con gas</i>	Todos los tamaños	Todos los tamaños	Todos los tamaños
Leche de bajo contenido graso (con sabor o sin sabor)	≤8 fl oz	≤12 fl oz	≤12 fl oz
Leche sin grasa (con sabor o sin sabor)	≤8 fl oz	≤12 fl oz	≤12 fl oz
Jugo 100%, <i>se puede diluir en agua;</i> <i>sin gas o con gas</i>	≤8 fl oz	≤12 fl oz	≤12 fl oz
Bebidas sin calorías (<5 kcal/8 fl oz; ≥10 kcal/20 fl oz), <i>sin gas o con gas</i>	No se permite	No se permite	≤20 fl oz
Bebidas con bajas calorías (≥5 kcal/fl oz), <i>sin gas o con gas</i>	No se permite	No se permite	≤12 fl oz
Cafeína	No se permite	No se permite	Se permite sin restricción

### Definiciones

- **Comidas combinadas:** Las comidas que contienen más de un componente que representan más de uno de los grupos de comidas recomendadas (frutas, verduras, lácteos, proteínas y granos).
- **Comidas competitivas:** Todas las comidas y bebidas que se venden a los alumnos en la escuela durante el día escolar, diferentes a las comidas reembolsables.
- **Comidas exentas asociadas:** Artículos alimenticios que han sido designados como exentos de uno o más de los requisitos de nutrientes individualmente que están empaquetados juntos sin ningún ingrediente adicional. Dichas “comidas exentas asociadas” retienen su exención designada individualmente por la grasa total, la grasa saturada y/o el azúcar cuando se empaqueta junta y se vende, pero deben cumplir con los estándares calóricos y de sodio designados en todo momento.
- **Escuela:** Todas las áreas de la propiedad bajo la jurisdicción de la escuela que están accesibles a los alumnos durante el día escolar.
- **Día escolar:** El período desde la medianoche anterior hasta 30 minutos después del final del día escolar de instrucción.

### Recaudaciones de Fondos

El Departamento de Instrucción Pública de Wisconsin permite dos exenciones por recaudaciones de fondos por organización estudiantil por escuela por año escolar, que no podrá superar dos semanas consecutivas cada una. Una recaudación de fondos exenta puede vender comidas y bebidas que no se permiten según la regla de Smart Snacks pero no puede ocurrir en el área de servicio de comida durante el horario de servicio de las comidas.

Los Estándares de Smart Snacks representan los estándares mínimos y la política de exenciones representa las exenciones máximas permitidas; las Autoridades Alimenticias Escolares (SFA, School Food Authorities) tienen la discreción de establecer restricciones adicionales sobre las comidas competitivas y limitar aún más las exenciones de la recaudación de fondos por medio de su Política de bienestar escolar local si son coherentes con los requisitos federales.

### Calculadora de Productos de Smart Snacks

La Alianza para una Generación Más Sana (Alliance for a Healthier Generation) tiene una calculadora de productos de Smart Snacks que se puede usar para determinar si un producto cumple con los estándares generales y de nutrientes de Smart Snacks. Los resultados se pueden imprimir y mantener como documentación. [La calculadora de Smart Snacks](https://foodplanner.healthiergeneration.org/calculator/) se encuentra en el sitio web de Alianza para una Generación Más Sana (<https://foodplanner.healthiergeneration.org/calculator/>)

Para obtener más información, vaya [a la página de Smart Snacks](https://dpi.wi.gov/school-nutrition/national-school-lunch-program/smart-snacks), ubicado en el sitio web del Departamento de Instrucción Pública (<https://dpi.wi.gov/school-nutrition/national-school-lunch-program/smart-snacks>).

