



WISCONSIN SCHOOL NUTRITION

IN A NUTSHELL

El Programa Nacional de Almuerzo Escolar (NSLP)

Estándares Nutricionales y Requisitos del Patrón de Comidas

Grupos etarios/grados

- Grados K-5, 6-8, K-8, 9-12

Componentes

Leche

- Acredita por volumen (onzas fluidas)
- 1 taza de leche debe ser ofrecida diariamente
- Debe ofrecer por lo menos dos variedades de leche líquida. Tipos de leche permitidos: baja en grasa (con o sin sabor) o sin grasa (con o sin sabor)

Frutas

- Las frutas acreditan por volumen (tazas)
 - Un mínimo de 1/8 taza de frutas es necesario para acreditar
- Las formas de frutas acreditables: fruta fresca; congelada (con o sin azúcar añadido); enlatada en agua, sirope ligero o jugo; seca, y jugos puros y pasteurizados
 - Las frutas secas acreditan el doble el volumen servido (p. ej., ¼ taza de pasas acredita como ½ taza de fruta)
- No más de la mitad de las frutas ofrecidas por semana pueden ser en forma de jugo
- Los productos procesados tipo snack, como tiras o gomitas de fruta no son acreditables

Verduras

- Las verduras acreditan por volumen (tazas)
 - Un mínimo de 1/8 taza de verduras es necesario para acreditar
- Las formas de verduras acreditables: verduras frescas, congeladas, enlatadas, y jugos puros y pasteurizados
 - Las verduras de hoja verdes sin cocinar acreditan como la mitad del volumen servido (p. ej., 1 taza espinaca cruda = ½ taza de verduras acreditable)
 - No más de la mitad de las verduras ofrecidas por semana pueden ser en forma de jugo
 - Los requisitos de los subgrupos de verduras deben cumplirse semanalmente
 - Hay cinco subgrupos requeridos: verde oscuro, rojo/naranja, frijoles/guisantes, almidonado y otro
 - Platos de verduras mixtas con cantidades desconocidas de los subgrupos por porción o platos de verduras mixtas que incluyen verduras con almidón se acreditan hacia el total de verduras y se clasifican como verduras adicionales

Granos

- Los granos acreditan por peso (onzas equivalentes [oz eq])
- Un mínimo de 0,25 oz eq por porción es necesario para acreditar
- Las cantidades mínimas diarias y semanales deben ser ofrecidos y varían según el grupo etario/grado servido
 - Mínimo diario: K-5, K-8, 6-8: **1.0 oz eq**, 9-12: **2.0 oz eq**
 - Mínimo semanal: K-5, K-8, 6-8: **8.0 oz eq**, 9-12: **10 oz eq**
- 80% de los granos ofrecidos semanalmente deben ser ricos en granos integrales

- Usar [Muestra A](#) (Exhibit A) para determinar la acreditación con solo el peso del producto o calcular la acreditación de una receta usando los estándares de equivalencia de onza. Refiera al USDA [Food Buying Guide](#) para más información.

Carne/alternativa a la carne (M/MA)

- La carne/alternativa a la carne se acredita por peso (onzas equivalentes [oz eq])
 - Un mínimo de 0,25 oz eq por porción es necesario para acreditar
- Las cantidades mínimas diarias y semanales deben ser ofrecidos y varían según el grupo etario/grado servido
 - Mínimo diario: K-5, K-8, 6-8: **1.0 oz eq**, 9-12: **2.0 oz eq**
 - Mínimo semanal: K-5: **8.0 oz eq**, K-8, 6-8: **9.0 oz eq**, 9-12: **10 oz eq**
- M/MA ofrecida en barras de ensaladas y/o como condimentos en cantidades superiores a 0.25 oz eq por porción contribuyen a las ofertas semanales de M/MA
- El tofu y el yogur de soja son acreditables como M/MA
 - Requisitos de tofu: Una porción de 2.2 oz en peso de tofu preparado comercialmente que contenga al menos 5.0 g de proteína se acreditará como 1.0 oz eq M/MA

Especificaciones dietéticas

Las especificaciones dietéticas establecen límites para calorías, grasas saturadas, sodio y grasas trans. Estos se evalúan como un promedio diario en el transcurso de una semana de cinco días, a excepción de las grasas trans, que es un límite diario. El promedio diario calculado debe estar dentro del rango enumerado en la tabla (al menos el mínimo y no más de los valores máximos). Los productos alimenticios y los ingredientes deben contener cero gramos de grasas trans (menos de 0,5 gramos) por porción.

Grados	Calorías (kcal)	Límites de sodio Objetivo 1A (mg)	Grasa Saturada (% de calorías totales)	Grasa Trans (gramos por porción)
K-5	550-650	≤1,110	<10	0
6-8	600-700	≤1,225	<10	0
K-8	600-650	≤1,110	<10	0
9-12	750-850	≤1,380	<10	0

Planificación del menú

- Consulte la [Tabla de Patrón de Comidas](#) para los requisitos diarios y por semana
- Cada línea de servicio debe cumplir los requisitos diarios y semanales, independientemente
- Todos los alimentos y condimentos a los que tienen acceso los estudiantes deben incluir en las especificaciones dietéticas
- Las etiquetas CN o las declaraciones de ingredientes del producto del fabricante son necesarias para documentar el cumplimiento con las reglas

Ofrecer contra Servir (OVS)

- Los estudiantes deben ser ofrecidos los 5 componentes en porciones planificadas para cumplir las cantidades diarias mínimas para cada grupo etario/grado servido
 - Según el OVS, todos los estudiantes deben poder rechazar hasta 2 componentes
 - No hay requisito de que un estudiante seleccione leche
- El OVS es obligatorio en los grados 9-12 y es opcional en los grados de K-8
- Todos los estudiantes deben seleccionar al menos ½ taza de fruta, verdura o combinación de fruta/verdura para una comida reembolsable

Recursos

- Página web del [Programa Nacional de Almuerzo Escolar](#)
- [Planificando el menú](#) (Menu Planning)