



Graphics © 1992 Childbirth Graphics Ltd., Rochester, N.Y.

Patrones de Alimentación Infantil

Programa de Alimentación Para Niños y Adultos Requisitos Mínimos¹

		0-3 Meses de Edad	4-7 Meses de Edad	8-11 Meses de Edad
DESAYUNO	Leche Materna o Fórmula Infantil Fortificada con Hierro	4-6 oz. ²	4-8 oz. ²	6-8 oz. ²
	Cereal Infantil Seco Fortificado con Hierro		0-3 Cucharadas ⁴	2-4 Cucharadas
	Fruta y/o Vegetal de Consistencia Apropriada (no jugo)			1-4 Cucharadas
MERIENDA	Leche Materna o Fórmula Infantil Fortificada con Hierro	4-6 oz. ²	4-6 oz. ²	2-4 oz. ²
	o Jugo sin diluir (después de los 8 meses)			2-4 oz. ²
	Pan o Galletas			0-½ rebanada ⁴ 0-2
ALMUERZO/ CENA	Leche Materna o Fórmula Infantil Fortificada con Hierro	4-6 oz. ²	4-8 oz. ²	6-8 oz. ²
	Cereal Infantil Seco Fortificado con Hierro		0-3 Cucharadas ⁴	2-4 Cucharadas
	y/o Carne ³ o Ave, o Pescado (después de los 8 meses)			1-4 Cucharadas
	o Yema de Huevo			1-4 Cucharadas
	o Frijoles, Habas, Chícharos o Guisantes Cocidos			1-4 Cucharadas
o Queso			½ - 2 oz.	
o Requesón			1-4 oz. (volumen)	
o Queso para Untar			1-4 oz. (peso)	
	Fruta y/o Vegetal de Consistencia Apropriada (no jugo)		0-3 Cucharadas ⁴	1-4 Cucharadas

1. Aunque el patrón alimenticio para los infantes especifica desayuno, merienda, almuerzo, y cena, esto es sólo una guía de las comidas que se pueden ofrecer al infante mientras esté en la guardería. Los infantes deben ser alimentados en demanda y en ningún momento deberan ser restringidos con horarios rígidos de alimentación. Usted encontrará que algunos infantes deberan ser alimentados cada 2 horas y reciban de 5-6 comidas mientras estan en la guardería.
2. Se le puede servir cantidades menores de la leche materna a los infantes que por lo regular consumen porciones más pequeñas. Si el infante aún tiene hambre, se le deberá ofrecer leche materna adicional.
3. Los perros calientes, las salchichas o embutidos, salchicha con harina de maíz (corn dogs) no son alimentos reconocidos para los infantes. Los nuggets de pollo, pescado, u otros productos comerciales apanados que contengan mariscos, o el pescado fresco, congelado, o enlatado que contengan huesos de pescado no son alimentos reconocidos para los infantes.
4. Una porción de este componente es requerida solamente cuando el desarrollo de el infante así lo permita. Otros alimetros semisólidos se podran introducir a los infantes a como sea apropiado según su desarrollo.