

Apéndice F: Lista de alimentos para bebés

La lista de alimentos acreditables y no acreditables en esta publicación no es absoluta. Esta publicación incluye solamente aquellos alimentos que se sirven con mayor frecuencia a los bebés en los programas de cuidado infantil. Para más información sobre cómo se determinan los alimentos acreditables en el CACFP que cumplen con los requisitos del patrón de comidas, consulte la "Guía de compra de alimentos para los Programas de Nutrición Infantil" (*Food Buying Guide for Child Nutrition Programs*). Algunos productos alimenticios podrían requerir documentación adicional como, por ejemplo, una etiqueta de Nutrición Infantil (CN) o una Declaración de Formulación del Producto, para determinar si son acreditables en el CACFP.

Alergias

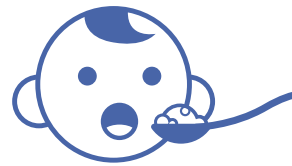
Una alergia alimentaria es una reacción del organismo a una proteína en un alimento, la que recibe el nombre de alérgeno. Los alérgenos más comunes son la leche, los huevos, el pescado, los mariscos, las nueces/frutos secos, los maníes, el trigo y la soya. Se solía pensar que se debía evitar alimentar a los bebés con estos alimentos. Sin embargo, estudios recientes muestran que no es necesario demorar la introducción de estos alimentos. Sirva los alimentos a los bebés en su cuidado infantil solamente después de que se hayan introducido en el hogar sin ningún problema.

Vegetales y frutas

Los vegetales y las frutas hechos puré, machacados o finamente cortados son acreditables bajo el patrón de comidas según la cantidad que se sirva. Por ejemplo, $\frac{1}{8}$ de taza (o 2 cucharadas) de puré de durazno cuenta como $\frac{1}{8}$ de taza de fruta. Un $\frac{1}{8}$ de taza de puré se acredita como $\frac{1}{8}$ de taza, aunque usted haya usado $\frac{1}{4}$ del durazno fresco para hacer el puré.

Granos

Los productos de granos como pan, galletas "crackers" y cereales listos para comer deben estar hechos con harina integral o enriquecida o estar fortificados. Todos los cereales deben contener como máximo 6 gramos de azúcar por onza seca.



Prevención del atragantamiento

Los bebés y los niños pequeños corren un alto riesgo de atragantarse con la comida. Todos los alimentos dados a bebés y niños pequeños deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para la edad y el desarrollo del bebé o del niño pequeño. Los alimentos deben cortarse en pedazos pequeños de un máximo de $\frac{1}{2}$ pulgada o cortarse a lo largo en tiras finas. Los participantes, especialmente los bebés y los niños pequeños, siempre deben ser supervisados por adultos durante las comidas y las meriendas (*snacks*).



Consejo:

La "Guía de compra de alimentos para los Programas de Nutrición Infantil" (*Food Buying Guide for Child Nutrition Programs*) en inglés está disponible en línea y como aplicación móvil en: <https://www.fns.usda.gov/tn/food-buying-guide-for-child-nutrition-programs>.

Todos los componentes alimenticios

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Alimentos combinados, comidas comerciales para bebé	X			Vea Comidas para bebés, alimentos combinados (como pollo y vegetales), comprados en tiendas (comerciales) .
Alimentos enlatados, caseros			X	Los alimentos enlatados caseros no son acreditables por razones de seguridad alimentaria que puede haber en el proceso de enlatado casero.
Alimentos enlatados caseros para bebés			X	Vea Alimentos enlatados, caseros .
Comida para bebé comprada en tiendas (comercial), frutas mezcladas	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta al natural, frutas y vegetales mezclados, vegetales, o carnes).
Comida para bebé comprada en tiendas (comercial), vegetales mezclados	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta al natural, frutas y vegetales mezclados, vegetales, o carnes).
Comidas caseras para bebés	X			Los alimentos deben estar cocidos, si corresponde, y luego se debe hacer un puré o papilla, molerlos o picarlos finamente. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.

Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados (como pollo y vegetales)	X		La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero, antes de mezclar alimentos o darle un alimento combinado. Se recomienda que cuando el bebé esté listo según su desarrollo, y haya comido cada ingrediente por separado de un alimento combinado sin tener una reacción alérgica, entonces se le puede dar el alimento combinado. Por ejemplo, el bebé debe probar primero pollo solo sin vegetales, antes de probar una comida combinada de bebé con pollo y vegetales. Es posible que algunas comidas combinadas contengan alimentos que no son reembolsables bajo el patrón de comidas para bebés, como el arroz o la pasta.
Comidas para bebés compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente	X		Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta al natural, frutas y vegetales mezclados, vegetales, o carnes).
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta al natural, frutas o vegetales mezclados, vegetales, o carnes)	X		La comida para bebés comprada en una tienda que contiene un solo componente alimenticio y viene envasada en un frasco, recipiente de plástico, bolsa o cualquier otro tipo de envase es acreditable en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. La manera en que está envasado un alimento no afecta si es acreditable o no.
Comidas para bebés, postres (como pudines, natillas, pasteles y postres de frutas para bebés)			X Los postres para bebés a menudo no contienen la cantidad suficiente de ingredientes acreditables. No son 100% fruta, y a menudo tienen alto contenido de azúcares añadidas y grasas y pocos nutrientes.
Miel			X No se debe servir miel (incluyendo productos cocinados o asados con miel, como galletas <i>graham</i> con miel) a los bebés menores de 1 año. La miel a veces está contaminada con esporas de <i>Clostridium botulinum</i> . Si el bebé ingiere estas esporas, las esporas pueden producir una toxina que provoca una enfermedad grave de transmisión alimentaria llamada botulismo infantil. Asegúrese de leer la lista de ingredientes en la parte posterior de los envases de los alimentos.
Postres, comida para bebés			X Vea Comidas para bebés, postres.

Leche

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Crema de leche			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico de una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Fórmula a base de soya	X			Vea Fórmula, para bebé, fortificada con hierro (incluye fórmulas a base de soya) .
Fórmula, de seguimiento			X	Solamente la leche materna y la fórmula fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Fórmula, infantil, baja en hierro (incluye fórmulas a base de soya)			X	Solamente la leche materna y la fórmula fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Fórmula, infantil, baja en lactosa o sin lactosa	X			Debe estar fortificada con hierro. No se necesita un certificado médico para servir esta fórmula y contarla como parte de una comida o merienda reembolsable.
Fórmula, infantil, exenta por la FDA			X	Las fórmulas clasificadas como Exentas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) pueden servirse como parte de una comida reembolsable si la sustitución se debe a una discapacidad y está justificada con un certificado médico firmado por el proveedor de salud del bebé.

Fórmula, infantil, fortificada con hierro (incluye fórmulas a base de soya)	X			La única alternativa aceptable a la leche materna es la fórmula fortificada con hierro. La Academia Americana de Pediatría recomienda dar solamente leche materna, fórmula fortificada con hierro, o ambas, durante el primer año de vida. La fórmula debe darse como una bebida para ser acreditable. La fórmula debe estar aprobada por la FDA (esto es, no se puede comprar en otro país), no debe estar en la lista de Fórmulas Exentas por la FDA, y debe estar fortificada con hierro.
Leche condensada azucarada			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Leche, cruda			X	La leche cruda no está pasteurizada y puede ser nociva para la salud del bebé. Solamente la leche materna y la fórmula fortificada con hierro son acreditables hasta los 11 meses de edad.
Leche de almendra			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Leche de cabra			X	Solo la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables hasta los 11 meses de edad salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal. Debe cumplir con las normas estatales para la leche líquida.
Leche de cáñamo			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables hasta los 11 meses de edad salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico de una autoridad médica con reconocimiento estatal.

Leche (continúa de la página 153)

Leche en polvo, reconstituida			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Leche, entera, reducida en grasa (2%), baja en grasa (1%), leche sin grasa (descremada)			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables hasta los 11 meses de edad salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Leche evaporada			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Leche materna	X			La leche materna es el mejor alimento para los bebés y se recomienda desde su nacimiento hasta su primer año de vida. Los bebés deben ser alimentados exclusivamente con leche materna, fórmula fortificada con hierro, o ambas hasta los 6 meses de edad aproximadamente.
Mitad leche, mitad crema (<i>Half and half</i>)			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables hasta los 11 meses de edad salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.
Suero de mantequilla (<i>buttermilk</i>)			X	Solamente la leche materna y la fórmula infantil fortificada con hierro son acreditables salvo que la sustitución sea justificada con un certificado médico firmado por una autoridad médica con reconocimiento estatal.

Carne y sustitutos de carne

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Alimentos combinados, comida para bebés comercial	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados.
Alimentos enlatados, caseros			X	Los alimentos enlatados caseros no son acreditables por razones de seguridad alimentaria en el proceso de enlatado casero.
Alimentos enlatados caseros para bebés			X	Vea Alimentos enlatados, caseros.
Carnes, con un solo ingrediente, comida para bebés comprada en tiendas (comercial)	X			Las papillas o purés de carne compradas en tiendas, como jamón, pavo, pollo, carne de res, y otras, por lo general contienen caldo o <i>gravy</i> . Son acreditables.
Carnes, sencillas, cocidas, caseras	X			Las carnes cocidas son acreditables y pueden servirse a bebés que estén listos para aceptarlas según su desarrollo. Las carnes frescas o congeladas deben estar completamente cocidas y luego preparadas con la forma, la textura y el tamaño adecuados para evitar que el bebé se atragante.
Claros o yemas de huevo			X	Solo los huevos enteros son acreditables.
Comidas caseras para bebés	X			Los alimentos deben estar cocidos, si corresponde, y luego debe hacerse un puré o papilla o picarlos finamente.
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados (como pollo y vegetales)	X			La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero antes de mezclar alimentos o darle un alimento combinado. Se recomienda que cuando el bebé esté listo según su desarrollo, y haya ingerido todos los ingredientes por separado de un alimento combinado sin tener una reacción alérgica, entonces se le puede dar el alimento combinado. Por ejemplo, el bebé debe probar primero pollo solo sin vegetales, antes de probar una comida combinada de bebé con pollo y vegetales. Es posible que algunas comidas combinadas contengan alimentos que no son reembolsables bajo el patrón de comidas para bebés, como el arroz o la pasta.

Carne y sustitutos de carne (continúa de la página 155)

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente	X			La comida para bebés comprada en tiendas que contiene un solo componente alimenticio y viene envasada en un frasco, recipiente de plástico, bolsa o cualquier otro tipo de envase es acreditable en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos. La manera en que está envasado un alimento no afecta si es acreditable o no.
Comidas para bebés con un solo componente, compradas en tiendas (comerciales)	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente.
Frijoles de soya (edamame)	X			Los frijoles de soya pueden ser acreditables como vegetal o como sustituto de la carne, pero no como ambos en la misma comida. Deben cocinarse y prepararse con la forma, la textura y el tamaño apropiados para los bebés (en puré o papilla). No sirva frijoles de soya enteros porque podrían hacer atragantar al bebé.
Frijoles y guisantes, secos o enlatados	X			Los frijoles y guisantes pueden ser acreditables como vegetal o como sustituto de carne, pero no como ambos en la misma comida. Deben cocinarse y prepararse con la textura adecuada para los bebés (puré o papilla). No sirva frijoles o guisantes enteros porque podrían hacer que los bebés se atraganten. Si va a servir frijoles o guisantes enlatados, primero escúrralos y enjuáguelos con agua limpia y potable antes de usarlos para reducir la cantidad de sal.
Huevos	X			Los huevos enteros, incluyendo huevos enteros líquidos, pasteurizados, y huevos enteros secos, que contienen yema y clara, son acreditables. Los huevos deben estar completamente cocidos. Solo sívalos después de que se hayan ofrecido en el hogar sin ningún problema.

Huevos enteros	X			Vea Huevos .
Mantequilla de maní (u otras mantequillas de nueces o semillas)			X	La mantequilla de maní y otras mantequillas de nueces o de semillas no son acreditables en una comida infantil reembolsable. Las porciones de mantequillas de nueces o semillas constituyen un riesgo de atragantamiento para los bebés. La mantequilla de maní y otras mantequillas de nueces pueden pegarse al paladar de la boca y dificultar el tragar.
Mariscos (como cangrejo, camarones, almejas, mejillones)	X			Los mariscos deben estar completamente cocidos; solamente la porción comestible es acreditable. Pueden servirse a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. Deben prepararse con la forma, la textura y el tamaño adecuados para evitar que el bebé se atragante. Asegúrese de quitar todos los caparazones. Vea la sección Carnes/sustitutos de carne en la "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>).
Meriendas de yogur deshidratado por congelación			X	Las meriendas de yogur deshidratado por congelación (liofilizado) no cumplen con los estándares de identidad del yogur de la Administración de Alimentos y Medicamentos.
Nueces			X	Las nueces no son acreditables en una comida infantil reembolsable.
Nuggets de pollo		X		Solamente las porciones comestibles del pollo son acreditables para los requisitos de carne/sustituto de carne. Todos los alimentos dados a bebés deben ser de la forma, la textura y el tamaño adecuados para la edad y el desarrollo del bebé. Vea la "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>) para más información.

Carne y sustitutos de carne (continúa de la página 157)

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Palitos de carne o aves para niños (ni secos ni semi-secos)		X		Vea Salchichas o frankfurters .
Palitos de pescado o pescado en porciones, comprados en tiendas (comerciales)		X		Solamente las porciones comestibles del pescado son acreditables para los requisitos de carne/sustituto de carne. Pueden servirse a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. Todos los alimentos dados a bebés deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para evitar que el bebé se atragante. El pescado debe estar completamente cocido. Incluye pescados comprados en tiendas, empanizados o rebozados y bocaditos de pescado de elaboración comercial. Vea la "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>) para más información.
Pescados, de pesca casera (no comerciales)		X		El pescado de pesca casera solamente es acreditable si cumple con las políticas de salud pública locales o estatales con respecto a la seguridad alimentaria.
Pescados, deshuesados, comprados en tiendas (comerciales)	X			Solamente el pescado comprado de vendedores autorizados es acreditable. Puede servirse a bebés que estén listos para aceptarlo, según su desarrollo. Todos los alimentos deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para evitar que el bebé se atragante. Examine el pescado detenidamente para asegurarse de que no tenga espinas ni huesos. Solo sirva después de que se haya introducido en el hogar sin ningún problema. La Administración de Alimentos y Medicamentos y las Guías Alimentarias para los Estadounidenses recomiendan que las mujeres embarazadas y los niños pequeños no coman los tipos de pescados que suelen tener un alto nivel de mercurio, incluidos el tiburón, el pez espada, la caballa, el blanquillo camello, el atún de ojos grandes, el bonito, el pargo alazán y el marlín.

Productos de queso			X	Los quesos cuyas etiquetas indican “producto” no son acreditables para bebés. Los productos de queso no cumplen con el estándar de identidad de la Administración de Alimentos y Medicamentos.
Productos de queso, sustitutos de productos de queso, quesos untables, y sustitutos de quesos untables			X	Los quesos cuyas etiquetas indican “producto de queso,” “queso untable,” o “imitación de queso” no son acreditables para bebés porque por lo general contienen más sodio que otros quesos. Los productos de queso no cumplen con el estándar de identidad de la Administración de Alimentos y Medicamentos.
Productos de yogur, comprados en tiendas (comerciales), tales como yogur congelado, barritas de yogur, productos de yogur con sabor, frutas o nueces/ frutos secos cubiertos de yogur, o productos similares)			X	Estos productos no son acreditables. Vea la sección “Otros alimentos” en la “Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil” (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>) para información sobre yogur congelado comercial.
Queso crema			X	El queso crema no es acreditable; contiene menos proteína y más grasa que los quesos acreditables.
Queso, imitación			X	Los quesos cuyas etiquetas indican “imitación” no son acreditables. Las imitaciones de quesos no cumplen con el estándar de identidad de la Administración de Alimentos y Medicamentos.
Queso, requesón	X			El requesón es acreditable para dar en cualquier comida para bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. Vea la “Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil” (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>) para más información.
Quesos, naturales y procesados	X			Los quesos naturales y procesados como el queso americano, cheddar, Monterey Jack y suizo son acreditables en cualquier comida para bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. Corte el queso en pedazos o tiras de no más de ½ pulgada para reducir el riesgo de atragantamiento.

Carne y sustitutos de carne (continúa de la página 159)

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Salchichas (de cualquier tipo)		X		Pueden servirse a bebés que estén listos en su desarrollo para aceptarlas. Deben prepararse con la forma, la textura y el tamaño apropiados para evitar que el bebé se atragante. Los productos que indican en la etiqueta “salchicha de cerdo fresco” o “salchicha italiana fresca” podrían ser acreditables. Vea la sección Carnes/sustitutos de carne en la "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>).
Salchichas o <i>frankfurters</i>		X		Pueden servirse a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. Deben prepararse con la forma, la textura y el tamaño adecuados para evitar que el bebé se atragante. No sirva salchichas (<i>hot dogs</i>) enteras o en rodajas. Este producto suele tener alto contenido de sodio y grasa saturada. Si el producto contiene subproductos, cereales, o aglutinantes/espesantes, debe estar acompañado de una etiqueta de Nutrición Infantil o una Declaración de Formulación del Producto. Algunos ejemplos de aglutinantes/espesantes son almidón, celulosa y leche descremada en polvo. Algunos ejemplos de subproductos son glándulas, corazón, y otros órganos de carne. Vea la sección Carnes/sustitutos de carne en la "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>).
Salchicha Viena		X		Pueden servirse a bebés que estén listos, según su desarrollo, para aceptarlas. Deben prepararse con la forma, la textura y el tamaño apropiados para evitar que el bebé se atragante. Este producto tiene alto contenido de grasa y sodio. Solo es acreditable cuando no contiene subproductos, cereales o espesantes. Vea "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>) para más información.

Semillas			X	Las semillas no son acreditables en una comida para bebés reembolsable.
Tofu			X	El tofu no es acreditable en una comida para bebés reembolsable.
Yogur, casero			X	El yogur casero no es acreditable por razones de seguridad alimentaria.
Yogur, comprado en tiendas (comercial), natural, sin sabor, con sabor	X			El yogur comprado en tiendas (comercial) puede servirse a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. El yogur debe contener un máximo de 23 gramos de azúcar total por cada 6 onzas para ser acreditable. El yogur de soya no es acreditable como parte de una comida para bebés reembolsable.
Yogur, congelado			X	Los operadores del programa podrían acreditar el yogur congelado por ellos mismos. Vea Yogur, comprado en tiendas (comercial), natural, sin sabor, con sabor . Tenga presente que no se recomienda acreditar como carne/sustituto de carne en esta forma porque es percibido como un postre. El yogur congelado comercial no es acreditable. Vea la sección "Otros alimentos" en la "Guía de compra de alimentos para Programas de Nutrición Infantil" (<i>Food Buying Guide for Child Nutrition Programs</i>).
Yogur de soya			X	El yogur de soya no es acreditable por razones de seguridad alimentaria.
Yogur en tubo	X			Debe cumplir con los estándares de identidad del yogur de la Administración de Alimentos y Medicamentos para ser acreditable. Un tubo de 2.2 onzas equivale a ½ onza de un sustituto de carne. Debe contener un máximo de 23 gramos de azúcar total por cada 6 onzas.
Yogur, líquido (bebida)			X	El yogur líquido o el yogur que puede beberse desde un frasco no son acreditables. El "yogur" líquido no cumple con los estándares de identidad del yogur de la Administración de Alimentos y Medicamentos.

Vegetales

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Alimentos combinados, comida para bebés comercial	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados.
Alimentos enlatados, caseros			X	Los alimentos enlatados caseros no son acreditables por razones de seguridad alimentaria que puede haber en el proceso de enlatado casero.
Alimentos enlatados caseros para bebés			X	Vea Alimentos enlatados, caseros.
Comidas caseras para bebés	X			Los alimentos deben estar cocidos, si corresponde, y luego se debe hacer un puré o papilla, molerlos o picarlos finamente. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados (como pollo y vegetales)	X			La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero antes de mezclar alimentos o darle un alimento combinado. Se recomienda que cuando el bebé esté listo según su desarrollo, y haya ingerido todos los ingredientes por separado de un alimento combinado sin tener una reacción alérgica, entonces se le puede dar el alimento combinado. Por ejemplo, el bebé debe probar primero pollo solo sin vegetales, antes de probar una comida combinada para bebé con pollo y vegetales. Es posible que algunas comidas combinadas contengan alimentos que no son reembolsables bajo el patrón de comidas para bebés, como el arroz o la pasta.
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como vegetales al natural, vegetales mezclados o vegetales y frutas mezcladas)	X			Las comidas para bebés compradas en tiendas que contienen un solo componente alimenticio y vienen envasadas en un frasco, recipiente de plástico, bolsa o cualquier otro tipo de envase son acreditables en el CACFP. La manera en que está envasado un alimento no afecta si es acreditable o no.

Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como por ejemplo vegetales al natural, vegetales mezclados y vegetales y frutas mezcladas).
Frijoles y guisantes, secos o enlatados	X			Los frijoles y guisantes pueden ser acreditables como vegetal o como sustituto de carne, pero no como ambos en la misma comida. Deben cocinarse y prepararse en la textura adecuada para los bebés (puré o papilla). No sirva frijoles o guisantes enteros porque podrían hacer que el bebé se atragante. Si va a servir frijoles o guisantes enlatados, primero escúrralos y enjuáguelos con agua limpia y potable antes de usarlos para reducir la cantidad de sal.
Jugos de frutas/vegetales mezclados			X	El jugo no es acreditable como parte de una comida para bebés reembolsable.
Jugos de vegetales			X	El jugo no cuenta como una comida infantil reembolsable.
Meriendas de frutas y vegetales deshidratados por congelación			X	Vea Meriendas de fruta .
Vegetales, con un solo componente, comida para bebés comprada en tiendas (comercial)	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente .
Vegetales mezclados, comida para bebé comprada en tiendas (comercial)	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como por ejemplo vegetales al natural, vegetales mezclados y vegetales y frutas mezcladas).
Vegetales, sencillos, cocidos (caseros)	X			Los vegetales frescos, sencillos, son acreditables. Los vegetales deben estar cocidos, si corresponde, y luego debe hacerse un puré o papilla o picarlos finamente para evitar que el bebé se atragante. Todos los alimentos dados a bebés deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para la edad y el desarrollo del bebé. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.

Vegetales (continúa de la página 163)

Vegetales, sencillos, congelados (caseros)	X		Los vegetales congelados, sencillos, son acreditables. Los vegetales deben estar cocidos, y luego debe hacerse un puré o papilla, molerlos, o picarlos finamente para evitar que el bebé se atragante. Todos los alimentos dados a bebés deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para la edad y el desarrollo del bebé. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.
Vegetales y frutas mezclados, comida para bebé comprada en tiendas (comercial)	X		Las comidas para bebés compradas en tiendas con más de una fruta y vegetal en la lista de ingredientes son acreditables porque los vegetales y las frutas son un componente en el patrón de comidas para bebés.

Frutas

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Alimentos combinados, comida para bebés comercial			X	Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados.
Alimentos enlatados, caseros			X	Los alimentos enlatados caseros no son acreditables por razones de seguridad alimentaria en el proceso de enlatado casero.
Bebidas y ponches de frutas			X	Las bebidas de frutas no son acreditables como parte de una comida infantil reembolsable.

Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados (como pollo y frutas)	X		La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero antes de mezclar alimentos o darle un alimento combinado. Se recomienda que cuando el bebé esté listo según su desarrollo, y haya ingerido todos los ingredientes por separado de un alimento combinado sin tener una reacción alérgica, entonces se le puede dar el alimento combinado. Por ejemplo, el bebé debe probar primero pollo solo sin albaricoques, antes de probar una comida combinada de bebé con pollo y albaricoques. Es posible que algunas comidas combinadas contengan alimentos que no son reembolsables bajo el patrón de comidas para bebés, como el arroz o la pasta.
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta sencilla, frutas mezcladas, frutas y vegetales mezclados)	X		La comida para bebés comprada en una tienda que contiene un solo componente alimenticio y viene envasada en un frasco, recipiente de plástico, bolsa o cualquier otro tipo de envase es acreditable en el CACFP. La manera en que está envasado un alimento no afecta si es acreditable o no.
Comidas para bebés con un solo componente, compradas en tiendas (comerciales)	X		Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta sencilla, frutas mezcladas, frutas y vegetales mezclados).
Comidas para bebés, postres (como pudines, natilla, pasteles y postres de frutas para bebés)		X	No son 100% fruta, y a menudo tienen un alto contenido de azúcar, grasa y pocos nutrientes.
Frutas, con un solo componente, comida para bebés comprada en tiendas (comercial)	X		Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta sencilla, frutas mezcladas, frutas y vegetales mezclados).
Frutas mezcladas, comida para bebés comprada en tiendas (comercial)	X		Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente (como fruta sencilla, frutas mezcladas, frutas y vegetales mezclados).

Frutas (continúa de la página 165)

Frutas, sencillas, cocidas (caseras)	X			Las frutas frescas, sencillas, son acreditables. Todos los alimentos dados a bebés deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para la edad y el desarrollo del bebé. Las frutas deben estar cocidas, si corresponde, y debe hacerse un puré o papilla, molerlas y picarlas finamente para evitar que el bebé se atragante. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.
Frutas, sencillas, congeladas (caseras)	X			Las frutas al natural congeladas son acreditables. Las frutas deben ser descongeladas y, si corresponde, cocidas y enfriadas. Todos los alimentos dados a bebés deben tener la forma, la textura y el tamaño adecuados para la edad y el desarrollo del bebé. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.
Jugo			X	Vea Jugos de frutas y Jugos de vegetales .
Jugos de frutas			X	El jugo no es acreditable como parte de una comida para bebés reembolsable.
Jugos de frutas/vegetales mezclados			X	El jugo no es acreditable como parte de una comida para bebés reembolsable.
Meriendas de frutas (como tiras o láminas de 100% fruta, meriendas de fruta deshidratadas por congelación, masticables de frutas u otros productos de merienda)			X	Las meriendas de fruta no son acreditables como parte de una comida para bebés reembolsable.
Meriendas de frutas y vegetales deshidratados por congelación			X	Vea Meriendas de fruta .
Postres, comida para bebés			X	Vea, Comidas para bebés, postres .
Vegetales y frutas mezclados, comida para bebés comprada en tiendas (comercial)	X			Las comidas para bebés compradas en tiendas con más de una fruta y vegetal en la lista de ingredientes son reembolsables porque los vegetales y las frutas son un componente en el patrón de comidas para bebés.

Granos

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Alimentos enlatados caseros para bebés			X	Vea Alimentos enlatados, caseros .
Avena, instantánea y regular			X	La avena, tanto instantánea como regular, no es acreditable como parte de una comida infantil reembolsable. La avena no es un cereal listo para comer o un cereal infantil fortificado con hierro.
<i>Bagels</i>	X			Vea Pan .
Comidas caseras para bebés	X			Los alimentos deben estar cocidos, si corresponde, y luego debe hacerse un puré o papilla o picarlos finamente. Los padres solamente pueden proveer un componente de una comida reembolsable.
Comidas combinadas, comida para bebés comercial	X			Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados .
Cereal infantil	X			Vea Cereal, infantil, fortificado con hierro, de un solo tipo de grano y Cereal, infantil, fortificado con hierro, de más de un tipo de grano .
Cereal, infantil, fortificado con hierro, de más de un tipo de grano	X			Los cereales infantiles secos fortificados con hierro que contienen múltiples tipos de granos son acreditables para bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero, antes de mezclar alimentos.
Cereal, infantil, fortificado con hierro, de un solo tipo de grano	X			Los cereales infantiles fortificados con hierro, como arroz, cebada y avena pueden servirse a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero, antes de mezclar alimentos.

Granos (continúa de la página 167)

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Cereal, listo para comer	X			Los cereales listos para comer pueden servirse como merienda (<i>snack</i>) a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. Estos cereales deben contener como máximo 6 gramos de azúcar por onza seca y deben estar fortificados con hierro. Los cereales listos para comer deben estar elaborados con harina enriquecida o integral o estar fortificados.
Cereales inflados (<i>puff</i>) para meriendas/ <i>snacks</i>		X		El operador del programa es quien debe determinar si un cereal inflado para meriendas es reconocido fácilmente como un cereal listo para comer. Debería tener una apariencia similar a los cereales de arroz inflado o de granos integrales con forma de "O". Debe disolverse fácilmente en la boca del bebé y no debe contener nueces, semillas o trozos duros que puedan provocar atragantamiento. Algunos de estos productos pueden tener alto contenido de sodio. Si el operador del programa determina que es un cereal listo para comer, puede servirse como merienda a bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. El cereal debe contener como máximo 6 gramos de azúcar por onza seca. Los cereales listos para comer deben estar elaborados con harina de grano integral o harina enriquecida o estar fortificados.
Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), alimentos combinados (como pollo y arroz)	X			La Academia Americana de Pediatría recomienda introducir al bebé alimentos con un solo ingrediente primero antes de mezclar alimentos o darle un alimento combinado. Se recomienda que cuando el bebé esté listo según su desarrollo, y haya ingerido todos los ingredientes por separado de un alimento combinado sin tener una reacción alérgica, entonces se le puede dar el alimento combinado. Por ejemplo, el bebé debe probar primero pollo solo sin arroz, antes de probar una comida combinada de bebé con pollo y arroz. Es posible que algunas comidas combinadas contengan alimentos que no son reembolsables bajo el patrón de comidas para bebés, como el arroz o la pasta.

Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente	X		Las comidas para bebés compradas en tiendas que contienen un solo componente alimenticio y vienen envasadas en un frasco, recipiente de plástico, bolsa o cualquier otro tipo de envase son acreditables en el CACFP. La manera en que está envasado un alimento no afecta si es acreditable o no.
Comidas para bebés con un solo componente, compradas en tiendas (comerciales)	X		Vea Comidas para bebés, compradas en tiendas (comerciales), con un solo componente.
Comidas para bebés, postres (como pudines, natillas, pasteles y postres de frutas para bebés)			X Estos alimentos a menudo no contienen la cantidad suficiente de ingredientes acreditables. No son 100% fruta y a menudo tienen alto contenido de azúcar, grasa y pocos nutrientes.
<i>Croissants</i>	X		Vea Pan.
Gachas (<i>grits</i>)			X Las gachas no son acreditables como parte de una comida para bebés reembolsable. Las gachas no son un cereal listo para comer o un cereal infantil fortificado con hierro.
Galletas, <i>biscuits</i> o tostadas de dentición	X		Las meriendas especiales para la dentición pueden servirse como una merienda (<i>snack</i>) a bebés que estén listos para aceptarlas según su desarrollo. Los granos servidos a los bebés deben estar elaborados con harina de grano integral o harina enriquecida o estar fortificados.
Galletas “ <i>crackers</i> ”	X		Las galletas “ <i>crackers</i> ” pueden servirse como merienda y son acreditables para bebés que estén listos para aceptarlas según su desarrollo. Las galletas “ <i>crackers</i> ” deben estar elaboradas con harina de grano integral o harina enriquecida. No deben tener semillas, nueces o granos enteros para reducir el riesgo de atragantamiento.
Galletas con forma de animales	X		Vea Galletas “<i>crackers</i>”.

Granos (continúa de la página 169)

Alimento	Acreditable			Comentarios
	Sí	Depende	No	
Galletas dulces			X	Las galletas dulces se consideran postres a base de granos, los cuales no son acreditables.
Galletas <i>graham</i>	X			Vea Galletas “crackers” .
Masa de pizza	X			Vea Pan .
Molletes (<i>muffins</i>) de maíz	X			Vea Pan .
Pan	X			El pan o las tostadas son alimentos acreditables para bebés que estén listos para aceptarlos según su desarrollo. El pan solo es reembolsable como una merienda (<i>snack</i>) y solamente debe servirse en trozos o tiras finas. No debe tener nueces ni semillas para reducir el riesgo de atragantamiento. Los granos servidos deben estar elaborados con harina de grano integral o harina enriquecida.
Pan <i>biscuits</i>	X			Vea Pan .
Pan de maíz	X			Vea Pan .
Pan inglés (<i>English muffins</i>)	X			Vea Pan .
Pan pita	X			Vea Pan .
Panecillos, hamburguesa y salchicha	X			Vea Pan .
Panqueques	X			Vea Pan .
Pastel (bizcocho)			X	Los pasteles se consideran postres a base de granos, los cuales no son acreditables.
Postres, comida para bebés			X	Vea Comidas para bebés, postres .

<i>Pretzels</i> , blandos	X			Vea Pan .
Rollitos de pan	X			Vea Pan .
Sémola (farina)			X	La sémola (farina) no es acreditable como parte de una comida para bebés reembolsable. La sémola no es un cereal listo para comer o un cereal infantil fortificado con hierro.
Tortilla, blanda (tortillas de harina, de trigo integral y de maíz)	X			Vea Pan .
<i>Waffles</i>	X			Vea Pan .