



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Ahora que aprendió a identificar los alimentos que son acreditables a los componentes del patrón de comidas, aprendamos a cómo determinar la contribución de cada componente al patrón de comidas (acreditación). Este es un paso importante para garantizar que las comidas que se sirven son nutritivas y cumplen con los requisitos federales del patrón de comidas.

Un alimento es acreditable según su contribución a los siguientes componentes alimenticios:

1. **Carnes/sustitutos de carne**
2. **Granos**
3. **Vegetales**
4. **Frutas**
5. **Leche líquida**

La Guía de compra de alimentos para los Programas de Nutrición Infantil, titulada *Food Buying Guide for Child Nutrition Programs* (FBG, por sus siglas en inglés), es el recurso desarrollado por el USDA para ayudarle a determinar la cantidad de alimentos que debe comprar y cómo cada alimento es acreditable a los componentes alimenticios. La FBG está disponible digitalmente:

- En la web, como una herramienta interactiva de la Guía de compra de alimentos
- En formato PDF descargable, como la Guía de compra de alimentos
- Como una aplicación móvil de la Guía de compra de alimentos (incluye búsqueda, navegación y funcionalidades para comparar información sobre el rendimiento, la herramienta para granos del Apéndice A y la posibilidad para los usuarios de crear y salvar listas de sus alimentos favoritos).

Consulte la sección de recursos en las páginas 133 a 135 para obtener información adicional sobre la Guía de compra de alimentos.

Puede usar la herramienta interactiva web de la Guía de Compra de Alimentos para determinar los rendimientos y la Hoja de Análisis de Recetas (RAW, por sus siglas en inglés) para determinar la contribución al patrón de comidas (acreditación) de los alimentos o recetas y la herramienta para granos del Apéndice A para determinar las onzas equivalentes (oz eq) de los productos de granos. Para obtener más información sobre la FBG, consulte la sección de recursos en las páginas 133 a 135.

Puede usar la FBG para determinar la acreditación de alimentos combinados, como la pizza o la lasaña, que contribuyen a más de 1 componente alimenticio. Por ejemplo, la pizza suele incluir granos en la masa, una carne/sustituto de carne (como el queso), vegetales (como la pasta de tomate y los champiñones) y, a veces, fruta añadida (como la piña). Recuerde, que para que un componente contribuya a una comida reembolsable, el alimento debe tener como mínimo las cantidades siguientes*:

1. **Carnes/sustitutos de carne: al menos 0.25 (¼) onzas equivalentes por porción**
2. **Granos: al menos 0.25 (¼) onzas equivalentes por porción**
3. **Vegetales: al menos ⅛ taza (2 cucharadas) por porción**
4. **Frutas: al menos ⅛ taza (2 cucharadas) por porción**
5. **Leche líquida: al menos ¼ taza (2 fl oz) por porción**
 - La leche líquida solo es acreditable cuando se sirve en una bebida o sobre los cereales. Solamente es acreditable en combinación con otros componentes cuando está en un batido.

*Tenga en cuenta que las cantidades mínimas acreditables no se aplican al patrón de comidas para bebés.

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

DOCUMENTANDO LA CONTRIBUCIÓN AL PATRÓN DE COMIDAS

Durante una revisión administrativa del programa, las agencias estatales son responsables por verificar que la documentación demuestre que los requisitos del patrón de comidas se cumplieron. Consulte con su agencia estatal (SA) si no está seguro si un alimento es acreditable o si tiene dudas sobre el tipo de documentación que se necesita. La documentación puede incluir 1 o más de los siguientes elementos:

- Guía de compra de alimentos
- La etiqueta del producto alimenticio con la declaración de los ingredientes

- Receta estandarizada
- Etiquetas válidas de Nutrición Infantil (CN)
- Declaración de Formulación del Producto (PFS) u otra documentación del fabricante

Por ejemplo, si usted utiliza una receta estandarizada para preparar un burrito con ingredientes en la cocina, entonces no necesita ninguna otra documentación. Para documentar correctamente la contribución al patrón de comidas de un burrito producido comercialmente se necesita una etiqueta de PFS o de CN.





ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

ACREDITACIÓN DE LOS ALIMENTOS PRODUCIDOS COMERCIALMENTE

La Guía de compra de alimentos tiene una lista de alimentos estándar producidos comercialmente, por ejemplo, frijoles horneados (*baked beans*), atún enlatado y pollo molido. Si el nombre en la etiqueta del producto coincide exactamente con la descripción de la FBG en la columna “*Food as Purchased, AP*” (Alimentos como se compran, AP, por sus siglas en inglés), puede usar la información de rendimiento de la FBG para determinar la contribución al patrón de comidas (acreditación) de ese alimento. Actualmente la FBG solamente está disponible en inglés, las secciones traducidas al español se hicieron como referencia. Por ejemplo, frijoles vegetarianos horneados (*baked beans*) en salsa:

Section 1 - Meats/Meat Alternates

1. Food As Purchased, AP	2. Purchase Unit	3. Servings per Purchase Unit, EP	4. Serving Size per Meal Contribution	5. Purchase Units for 100 Servings	6. Additional Information
BEAN PRODUCTS (continued)					
Bean Products, dry beans, canned, Beans Baked in Sauce, Vegetarian <i>Includes USDA Foods</i>	No. 300 Can (16 oz)	6.94	1/4 cup heated beans with sauce	14.50	1 No. 300 can = about 1 3/4 cups heated beans with sauce
	No. 300 Can (16 oz)	4.62	3/8 cup heated beans with sauce	21.70	1 No. 300 can = about 1 3/4 cups heated beans with sauce

(Ejemplo de un alimento enlatado producido comercialmente de la Guía de compra de alimentos).

Cuando se acreditan productos alimenticios combinados (alimentos que contribuyen a más de 1 componente alimenticio), solo es acreditable la cantidad del alimento que contribuye a cada componente. Por ejemplo, las pizzas, los *nuggets* de pollo y los raviolis son acreditables al componente de carnes/sustitutos de carne. La acreditación se determina según la cantidad de carnes/sustitutos de carne por porción, no la cantidad total de la porción ya que incluye otros ingredientes. Los alimentos combinados pueden tener diferentes cantidades de un componente alimenticio. Los alimentos combinados producidos comercialmente como las carnes/sustitutos de carne, no se pueden servir como parte de una comida reembolsable si no están en el FBG, debido a que existe la duda acerca de la cantidad exacta de los componentes alimenticios que estos alimentos contienen. Sin embargo, hay algunas excepciones:

- Tiene la etiqueta CN;
- Usted obtiene una Declaración de Formulación del Producto (PFS) del fabricante que muestra cómo se determinó la cantidad acreditable.

Recuerde que solamente los productos producidos comercialmente que tienen etiqueta CN pueden garantizar la información de acreditación en la etiqueta. Consulte la página 5 para obtener información adicional sobre el Programa de la Etiqueta de Nutrición Infantil (CN).

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Los platos principales producidos comercialmente contienen diferentes cantidades de componentes alimenticios, como la carne/sustituto de carne. En algunos casos, es necesario servir una porción muy grande para cumplir con los requisitos del patrón de comidas. Por ejemplo, para proporcionar el requisito para niños de 3 a 5 años de edad de 1½ onza equivalente de carnes/sustitutos de carne, es necesario servir una porción de 15 onzas de ravioli enlatado, pero esta cantidad de ravioli sobrepasa el requisito de ¼ taza de granos del patrón de comidas. Puede ser una porción demasiado grande para los niños de edad preescolar de 3 a 5 años. En este caso, fuera mejor servir una porción más pequeña de raviolis enlatados con una segunda opción de carnes/sustitutos de carne para completar el requisito del tamaño de la porción de carnes/sustitutos de carne para esa comida.

Recetas acreditables

Ahora, practiquemos cómo determinar la acreditación de una receta para los requisitos del patrón de comidas del CACFP. Es importante determinar la contribución al patrón de comidas de las recetas para asegurar que las comidas que se sirven son nutritivas y cumplen con los requisitos del patrón de comidas del CACFP.

La Hoja de Análisis de Recetas (RAW) de la Guía de compra de alimentos está disponible para ayudar a simplificar la forma de calcular la contribución de las recetas estandarizadas al patrón de comidas. La RAW está disponible en la herramienta interactiva web de la Guía de compra de alimentos. Usaremos esta herramienta para acreditar la primera receta. La FBG (Apéndice A) contiene ejemplos adicionales de cómo acreditar recetas utilizando la RAW. Consulte la sección de recursos en las páginas 133 a 135 para obtener información sobre cómo obtener acceso a la FBG.

Puede usar la Hoja de Análisis de Recetas (RAW) de la Guía de compra de alimentos en la herramienta interactiva web de la Guía de compra de alimentos para simplificarle la forma de calcular la contribución de las recetas al patrón de comidas. La herramienta web tiene una guía de usuario y videos de capacitación para ayudarle a acreditar las recetas de acuerdo con los requisitos del patrón de comidas utilizando la RAW.



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Actividad práctica: acreditando una receta que cumpla con los requisitos del patrón de comidas

Zanahorias con jengibre: rinde 25 porciones (¼ taza por porción)

Ingredientes	Peso	Medida
Zanahoria fresca, cortada en rebanadas diagonales	2 lbs 9½ oz	2 qts 1 taza
Agua	32 fl oz	1 qt
Margarina, sin grasas <i>trans</i>		1 cda 1 cdta
Miel		¼ taza
Jugo de limón		1 cda 1 cdta
Jengibre fresco, rallado		2 cdta

*El ingrediente acreditable está recalcado.

Cuando use la Hoja de análisis de recetas (RAW) de la herramienta interactiva web de la FBG, siga estos pasos para calcular la contribución al componente de vegetales por porción:

Paso 1: Use la función *search* (buscar) en la RAW para encontrar el alimento más parecido a las zanahorias frescas, cortadas en rebanadas de la receta. En este ejemplo, escriba en la casilla el ingrediente en inglés *carrots* (zanahorias) y haga clic en “*search*” (buscar).

Search Results

Meal Component	Category / Subcategory	Food As Purchased, AP	Purchase Unit	Servings per Purchase Unit, EP	Serving Size per Meal Contribution	Additional Information	Add to RAW
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	10.30	1/4 cup raw vegetable strips (about 3 strips, 4 inch by 1/2 inch)	1 lb AP = 0.70 lb ready-to-cook, or serve raw carrot sticks	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	10.60	1/4 cup raw, chopped vegetable	1 lb AP = 0.83 lb trimmed, peeled carrots	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	15.40	1/4 cup raw, shredded vegetable	1 lb AP = 0.83 lb (about 3-3/4 cups) trimmed, peeled, shredded carrot	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	8.10	1/4 cup raw, shredded vegetable with dressing	1 lb AP = 0.83 lb (about 3-3/4 cups) trimmed, peeled, shredded carrot	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	8.63	1/4 cup cooked, drained, shredded vegetable	1 lb AP = 0.79 lb (about 2-1/8 cups) trimmed, peeled, shredded, cooked carrot; 1 lb AP = 0.83 lb (about 3-3/4 cups) trimmed, peeled, shredded carrot	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	10.90	1/4 cup raw, sliced vegetable (5/16 inch slices)	1 lb AP = 0.83 lb (about 2-2/3 cups) trimmed, peeled, sliced carrots	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Without tops	Pound	8.16	1/4 cup cooked, drained, sliced vegetable (5/16 inch slices)	1 lb AP = 0.76 lb (about 2 cups) cooked, sliced carrots; 1 lb AP = 0.83 lb (about 2-2/3 cups) trimmed, peeled, sliced carrots	Add
Vegetables	Red/Orange Vegetables: CARROTS	Carrots, fresh Shredded, Ready-to-use	Pound	19.90	1/4 cup raw vegetable	1 lb AP = 1 lb shredded carrots ready-to-use (about 4-7/8 cups)	Add

Carrots, fresh
Without tops

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Paso 2: Elija el alimento que más se parezca a la manera que se compra y a la forma en que se sirve según la receta. Las zanahorias de esta receta se compran crudas, pero luego se cocinan. Elija la opción **“carrots, fresh, without tops”** (zanahorias frescas, sin la parte superior), que proporcionará 8.16 porciones (1/4 tazas) de vegetales cocidos, escurridos y cortados en rebanadas, por libra.

Puede seleccionar el alimento haciendo clic en el botón verde **“Add”** (agregar).

Paso 3: Identifique el **Purchase Unit** (unidad de compra)

Pound (libra)

Paso 4: Ahora, diríjase al **vegetables tab** (pestaña vegetales) para terminar de acreditar la cantidad de zanahorias en nuestra receta.

Paso 5: Escriba la cantidad de zanahorias en la receta (2 lbs 9½ oz) en la casilla **Quantity of Ingredient** (cantidad del ingrediente). Tenga en cuenta que debe convertir la cantidad a libras en decimales (**2.5937**). Después, busque el rendimiento de la preparación de **0.83** (en la columna **Additional Information** [información adicional]) y escríbalo en la casilla **Preparation Yield** (rendimiento de la preparación) (si aplica).

*La información en la columna **Additional Information** (información adicional) se usa para determinar cuántas **libras** de zanahorias hay que comprar.

Nota: El factor de rendimiento de la preparación solo debe utilizarse cuando sea necesario convertir un ingrediente de la receta para que coincida con la forma del alimento que se indica en la columna 1 **Food As Purchased** (alimentos como se compran) de la Guía de compra de alimentos. Si hay varias opciones disponibles en la columna 6 **Additional Information** (información adicional), elija los datos de rendimiento que más se ajusten a la forma del ingrediente de la receta.

Cree una Hoja de Análisis de Recetas (RAW)

Instructions

Asterisks (*) denote required information.

Recipe Name * Servings per Recipe *
 Recipe Number Serving Size *

Select Creditable Ingredient Recipe Notes **Vegetables** Fruit Meats/MA Grains - Method A Grains - Method B Grains - Method C **Meal Pattern Contribution**

Red/Orange Vegetables

Food As Purchased, AP	Purchase Unit	Servings per Purchase Unit, EP	Serving Size per Meal Contribution	Additional Information	Quantity of Ingredient	Preparation Yield (If applicable)	Calculated Quantity to Purchase
Carrots, fresh Without tops	Pound	8.16	1/4 cup cooked, drained, sliced vegetable (5/16 inch slices)	1 lb AP = 0.76 lb (about 2 cups) cooked, sliced carrots; 1 lb AP = 0.83 lb (about 2 2/3 cups) trimmed, peeled, sliced carrots	<input type="text" value="2.5937"/>	<input type="text" value="83"/>	3.1249

You must save the RAW prior to printing it. Use the **“Back to RAW List”** button and select from the RAW list. Click the PDF link to generate a copy to print or save.

[Save](#) [Back to RAW List](#)



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Paso 6: A continuación, diríjase a la pestaña *Meal Pattern Contribution* (contribución al patrón de comidas) para ver cómo las zanahorias se acreditan (por volumen servido) al patrón de comidas:

Select Creditable Ingredient	Recipe Notes	Vegetables	Fruit	Meats/MA	Grains - Method A	Grains - Method B	Grains - Method C	Meal Pattern Contribution
		Vegetables						Red/Orange Vegetables
								1/4 cup

1/4 cup provides 1/4 cup total vegetable (1/4 cup red/orange vegetable)

Please note that:

- **For School Meals and CACFP:** Raw leafy green vegetables credit as half the volume served (For example: 1 cup raw spinach credits as 1/2 cup dark green vegetable)
- **For School Meals and CACFP:** Dried fruits credit as double the volume (For example, 1/2 cup raisins credits as 1 cup fruit).
- **For School Meals Only:** Any quantity remaining after the credit has been determined for each vegetable subgroup is combined to ensure the maximum credit for the vegetables. If this combined quantity provides a minimum of 1/8 cup, it is credited towards the Additional Vegetables. If the RAW contains no Starchy vegetables, then the program operator may instead choose to manually credit the remaining Additional Vegetables towards the Other Vegetables subgroup.

Esta receta proporciona 25 porciones (1/4 taza cada una) de zanahorias. Puede salvar o imprimir una copia para sus archivos.

Ya se pudo dar cuenta lo sencillo que es usar la RAW de la Guía de compra de alimentos para determinar la contribución de las recetas al patrón de comidas. Para acreditar las recetas siguientes, vamos a utilizar un método de cálculo manual, que es una manera alternativa de determinar la contribución al patrón de comidas. La FBG (Apéndice A) tiene plantillas de la Hoja de Análisis de Recetas (RAW) que puede usar para hacer los cálculos manualmente. Consulte la sección de recursos en las páginas 133 a 135 para obtener información sobre cómo obtener acceso a la FBG.

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Tazón de batido de mango, rinde 25 porciones

Ingredientes	Peso	Medida
Yogur griego bajo en grasa	6 lbs 4 oz	3 qts 3 tazas
Mango cortado en cuadritos, congelado	5 lbs	3 qts 3 tazas
Sirope de agave		¼ taza
Extracto de vainilla		2 cdas

*Los ingredientes acreditables están recalcados.

Cuando use la FBG, siga estos pasos para calcular la contribución por porción del yogurt griego bajo en grasa en onzas equivalentes (oz eq) al componente de carnes/sustitutos de carne y para determinar cuánto yogurt griego bajo en grasa hay que comprar para esta receta:

Paso 1: Encuentre el alimento más parecido al **yogurt griego bajo en grasa**. Elija el alimento que más se parezca a la manera que se compra y a la forma en la que se sirve en la receta preparada.

Section 1 - Meats/Meat Alternates

1. Food As Purchased, AP	2. Purchase Unit	3. Servings per Purchase Unit, EP	4. Serving Size per Meal Contribution	5. Purchase Units for 100 Servings	6. Additional Information
YOGURT					
Yogurt, fresh ⁴⁵ <i>Plain or Flavored, Sweetened or Unsweetened, Commercially Prepared, (includes Greek yogurt)</i>	32 oz Container	8.00	1/2 cup or 4 oz yogurt provides 1 oz meat alternate	12.50	
	32 oz Container	5.33	3/4 cup or 6 oz yogurt provides 1-1/2 oz meat alternate	18.80	

Yogurt, fresh
Plain or Flavored, Sweetened or Unsweetened, Commercially Prepared, (includes Greek yogurt)



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Paso 2: Identifique el *Purchase Unit* (unidad de compra):

Envase de 32 onzas

Paso 3: Convierta las 6 libras y 4 onzas de yogur griego bajo en grasa a onzas para que coincida con las onzas de la **unidad de compra**:

6 lb x 16 oz por lb = 96 oz

Súmele 4 oz a 96 oz = 100 oz

En esta receta hay 100 onzas de yogur griego bajo en grasa.

Paso 4: Calcule cuántos envases de 32 onzas de yogur necesita (la cantidad calculada para comprar) dividiendo las 100 onzas de yogur de la receta entre 32 oz (el peso de la **unidad de compra**):

100 oz ÷ 32 oz en un envase de yogur = 3.125 envases de yogur. Esto calcula la cantidad de envases de 32 onzas de yogur a comprar (el número de envases necesarios) para obtener 100 onzas.

Paso 5: Encuentre los *Servings per Purchase Unit, EP* (*edible portion*) (porciones por unidad de compra) (porción comestible, EP, por sus siglas en inglés) del yogur fresco que proporciona un sustituto de carne de 1 oz eq (que se encuentra en la columna *Serving Size* [tamaño de la porción]):

8.00

Paso 6: Calcule el número de onzas de sustituto de carne en la receta:

3.125 envases de yogur (32 oz cada uno) x 8 porciones por unidad de compra, EP = 25 oz eq totales de sustituto de carne

Paso 7: Divida el total de onzas equivalentes de sustituto de carne por el número de porciones por receta para determinar las oz eq de sustituto de carne por porción:

25 oz ÷ 25 porciones por receta = 1.0 oz eq de sustituto de carne por porción.

Hay un total de 1 oz eq de carne/sustituto de carne por porción.

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Cuando use la FBG, siga estos pasos para calcular la contribución por porción de los mangos cortado en cuadritos, congelados, al componente de las frutas:

Section 3 - Fruits

1. Food As Purchased, AP	2. Purchase Unit	3. Servings per Purchase Unit, EP	4. Serving Size per Meal Contribution	5. Purchase Units for 100 Servings	6. Additional Information
MANGOES					
Mangoes, fresh <i>Whole</i>	Pound	7.60	1/4 cup cubed or sliced fruit	13.20	1 lb AP = 0.69 lb ready-to-serve raw mangoes

Paso 1: Encuentre el alimento más parecido a los mangos cortados en cuadritos, congelados en la receta. La FBG no tiene información de mangos congelados. El alimento más parecido es **mangos, frescos, enteros**. Elija el alimento que más se parezca a la manera que se compra y la forma en la que se sirve en la receta preparada.

Consejo útil: La Guía de compra de alimentos tiene más de 2,100 alimentos que se sirven regularmente en los Programas de Nutrición Infantil, pero no tiene todos los alimentos disponibles. Si su alimento no está en la FBG, puede usar el alimento que más se le parezca. Documente cuál alimento parecido usó para determinar la contribución al patrón de comidas.

Paso 2: Identifique el *Purchase Unit* (unidad de compra):

Pound (libra)

Paso 3: Debido a que los mangos frescos se compran enteros y su receta pide mangos cortados en cuadritos, congelados, debe convertir la cantidad de mangos congelados para que coincida con la forma de los mangos como se indica en la columna *Food as Purchased* (alimentos como se compran), *AP*.

La columna *Additional Information* (información adicional) de los mangos, frescos, enteros indica: "1 lb AP = 0.69 lb de mangos crudos listos para servir", lo que significa que 1 lb como se compró de mangos, frescos, enteros, rinde 0.69 lb de mangos listos para servir después de que el mango se pela, sin semillas y se corta en cuadritos (**0.69 lb es el factor de rendimiento de la preparación**).

Factor de rendimiento de la preparación

El factor de rendimiento de la preparación es el porcentaje del alimento que se pierde durante la preparación del ingrediente. Esto le ayudará a determinar la cantidad del alimento listo para cocción o ya cocido, que obtendrá de una libra del alimento que compró.



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Paso 4: Determine la cantidad que necesita de mangos frescos (la cantidad que calculó para comprar) para proporcionar la cantidad de mangos congelados en la receta. Divida el peso de los mangos congelados por el rendimiento de la preparación:

5 lbs mangos congelados ÷ 0.69 lb de rendimiento de la preparación = 7.24638 lbs es la cantidad que necesita comprar de mangos, frescos, enteros.

Paso 5: Encuentre *Servings per Purchase Unit, EP* (porciones por unidad de compra) (porción comestible, EP, por sus siglas en inglés) de los mangos, frescos, enteros que proporciona ¼ taza de la fruta cortada en cuadritos (que se encuentra en la columna *Serving Size* (tamaño de la porción).

7.60

Paso 6: Calcule el número de ¼ taza de la fruta en cuadritos en la receta usando el cálculo de la cantidad a comprar:

7.24638 lbs de mangos, frescos, enteros x 7.6 porciones por unidad de compra, EP = 55.07246 de ¼ tazas de fruta en total.

Paso 7: Convierta ¼ taza a tazas:

55.07246 de ¼ tazas en total ÷ 4 = 13.76812 tazas.

Paso 8: Divida el total de tazas por el número de porciones por receta para determinar el total de tazas de la fruta por porción:

13.76812 tazas ÷ 25 porciones por receta = 0.55072 taza de fruta por porción.

Paso 9: Redondee hacia abajo hasta el ⅛ taza más cercano (consulte la tabla siguiente para convertir los equivalentes decimales a la porción de taza más cercana):

0.55072 se redondea hacia abajo a 0.5 taza = ½ taza.

Al **siempre redondear hacia abajo** al ⅛ taza más cercano le garantiza que las frutas que sirva nunca tengan menos cantidad acreditable de lo que reclama.

Conversión de los equivalentes decimales de frutas y vegetales a la porción de taza más cercana

Si el equivalente decimal es	La receta contribuye
0.125 - 0.249	1/8 taza
0.250 - 0.374	1/4 taza
0.375 - 0.499	3/8 taza
0.500 - 0.624	1/2 taza
0.625 - 0.749	5/8 taza
0.750 - 0.874	3/4 taza
0.875 - 0.999	7/8 taza
1.000 - 1.124	1 taza

Use los valores de la tabla para identificar las porciones de fruta en la receta. Puede usar esta tabla para identificar la cantidad de frutas o vegetales en cualquier receta.

Un tazón de batido de mango contiene un total de ½ taza de fruta por porción.

Paso 10: Escriba la contribución al patrón de comidas con su declaración de acreditación para indicar cómo la receta es acreditable según los requisitos del patrón de comidas del CACFP:

1 tazón de batido que tiene ⅔ taza (unas 6½ oz) de batido de mango proporciona 1 oz eq de carne/sustituto de carne y ½ taza de fruta.

ACREDITANDO LOS ALIMENTOS DE GRANOS

Este manual se enfoca en el uso de onzas equivalentes para acreditar granos y específicamente en cómo usar el Apéndice A (que se encuentra en la página 94) para acreditar productos de granos en onzas equivalentes.

Onzas equivalentes versus porciones de granos/panes

APÉNDICE A: REQUISITOS DE GRANOS PARA LOS PROGRAMAS DE NUTRICIÓN INFANTIL^{1,2}

Leyenda de color: Nota 5 al pie de la página = azul, Nota 3 o 4 al pie de la página = rojo

Grupo A	Onza equivalente (oz eq) para el Grupo A	Tamaño mínimo de la porción para el Grupo A
<ul style="list-style-type: none"> • Empanizado de miga de pan • Palitos de pan (duro) • Fideos <i>Chow Mein</i> • Galletas <i>crackers</i>, saladas (de soda o de merienda) 	1 oz eq = 22 g o 0.8 oz ¾ oz eq = 17 g o 0.6 oz ½ oz eq = 11 g o 0.4 oz ¼ oz eq = 6 g o 0.2 oz	1 porción = 20 g o 0.7 oz ¾ porción = 15 g o 0.5 oz ½ porción = 10 g o 0.4 oz ¼ porción = 5 g o 0.2 oz
Grupo B	Onza equivalente (oz eq) para el Grupo B	Tamaño mínimo de la porción para el Grupo B
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Bagels</i> • Empanizado de harina • <i>Biscuits</i> • Panes: todos (por ejemplo: rebanados, franceses, italianos) 	1 oz eq = 28 g o 1.0 oz ¾ oz eq = 21 g o 0.75 oz ½ oz eq = 14 g o 0.5 oz ¼ oz eq = 7 g o 0.25 oz	1 porción = 25 g o 0.9 oz ¾ porción = 19 g o 0.7 oz ½ porción = 13 g o 0.5 oz ¼ porción = 6 g o 0.2 oz

Apéndice A: Requisitos de granos para los Programas de Nutrición Infantil resaltando onzas equivalentes y porción.

Cuando haga la transición de porciones de granos/panes a onzas equivalentes, recuerde que una onza equivalente de granos es ligeramente más pesada (16 gramos de granos) que una porción de granos (14.75 gramos de granos).

Ejemplos usando el Apéndice A:

Usted quiere acreditar la mitad del componente de granos con galletas *crackers*, saladas y cada galleta pesa 5 gramos:

- Se necesitan 2 galletas (10 gramos de peso total) para cumplir el requisito de la cantidad mínima de porción de ½ porción de granos/panes.
- Se necesitan 3 galletas (15 gramos de peso total) para asegurarse de servir al menos los 11 gramos necesarios para cumplir con el requisito de ½ onza equivalente de granos.

Usted quiere acreditar 1 onza equivalente de granos con una rebanada de pan que pesa 28 gramos por rebanada:

- Se necesita 1 rebanada de pan (28 gramos de peso total) para cumplir el requisito mínimo de 1 porción de granos/panes (25 gramos).
- Se necesita 1 rebanada de pan (28 gramos de peso total) para cumplir el requisito de 1 onza equivalente de granos (28 gramos).

En este ejemplo, necesita servir la misma cantidad de pan (1 rebanada que pesa 28 gramos por rebanada) para cumplir con 1 onza equivalente de granos igual que para cumplir con 1 porción de granos/panes.



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Para determinar las onzas equivalentes de granos en una receta que contenga ingredientes de grano, use **1** de los siguientes métodos:

- Use los pesos proporcionados en el Apéndice A.
○
- La información en la FBG.
○
- Calcule las **onzas equivalentes de granos** en base a los gramos de granos acreditables en el alimento.
 - Tenga en cuenta que se necesitan 16 g de granos acreditables para proporcionar 1 oz eq de granos:
 - Divida el total de gramos de granos integrales, harina gruesa y/o harina fina enriquecida, salvado o germen de la receta por el número de porciones que rinde la receta y luego divídalo por 16 g para determinar las oz eq de granos.

Por ejemplo, divida 600 g de granos acreditables en la receta por 25 porciones = 24 g de granos acreditables por porción divididos por 16 g por oz eq = 1.5 oz eq de granos por porción.

$600 \div 25 \div 16$ g por oz eq = 1.5 oz eq por porción.

Si es necesario, **siempre redondee hacia abajo** a la cantidad de 0.25 más cercana, por ejemplo, 1.0, 1.25, 1.5, 1.75. Redondear hacia abajo le garantiza que los granos que ofrezca nunca tengan menos cantidad acreditable de lo que reclama.

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS



Para los tipos de alimentos enumerados en el Apéndice A, Grupos H e I, debe usar el peso y el volumen que se encuentra en cada grupo respectivamente, para que el alimento pueda contar como 1 onza equivalente.

Porciones de granos versus onzas equivalentes: haga la conversión

APÉNDICE A: REQUISITOS DE GRANOS PARA LOS PROGRAMAS DE NUTRICIÓN INFANTIL^{1,2}

Leyenda de color: Nota 5 al pie de la página = azul, Nota 3 o 4 al pie de la página = rojo

Grupo H	Onza equivalente (oz eq) para el Grupo H	Tamaño mínimo de la porción para el Grupo H
<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Bulgur o trigo partido • Cereales de granos (cebada, quinoa, etc.) • Cereales para el desayuno (cocidos)^{6,7} • Fideos (todas las variedades) • Macarrones (todas las formas) • Pasta (todas las formas) • Raviolis (solo fideos) 	1 oz eq = ½ taza cocida o 1 oz (28 g) seca	1 porción = ½ taza cocida o 25 g seca
Grupo I	Onza equivalente (oz eq) para el Grupo I	Tamaño mínimo de la porción para el Grupo I
<ul style="list-style-type: none"> • Cereal de desayuno listo para comer (frío, seco)^{6,7} 	1 oz eq = 1 taza o 1 oz para hojuelas y círculos 1 oz eq = 1¼ tazas o 1 oz de cereal inflado (<i>puffed</i>) 1 oz eq = ¼ taza o 1 oz de granola	1 porción = ¾ taza o 1 oz, lo que sea menor



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Actividad práctica: acreditando alimentos de granos para cumplir con el patrón de comidas

Los alimentos de granos enumerados en los grupos A-G del Apéndice A deben tener por lo menos 16 gramos de grano integral, y/o harina gruesa y/o harina fina enriquecida, salvado o germen por porción para proporcionar 1 onza equivalente.

Veamos algunos ejemplos.

Ejemplos para calcular la acreditación de granos de pan rico en grano integral o enriquecido

Pan de trigo enriquecido para sándwiches

Puede comprar productos de panadería en su supermercado local. Para este tipo de productos comerciales, se puede comparar la información en la etiqueta de información nutricional del empaque sobre el peso por porción con el grupo correspondiente en el Apéndice A. Por ejemplo:

Nutrition Facts	
Datos de Nutrición	
23 servings per container/23 porciones por envase	
Serving size/Tamaño por porción	1 slice/1 rebanada (31g)
Amount per serving/Cantidad por porción	
Calories/Calorías	70
<small>% Daily Value*/Valor Diario*</small>	
Total Fat/Grasa Total 1g	2%
Saturated Fat/Grasa Saturada 0g	0%
Trans Fat/Grasa Trans 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 140mg	6%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 15g	5%
Dietary Fiber/Fibra Dietética 2g	8%
Total Sugars/Azúcares Totales 1g	
Includes 1g Added Sugars/Incluye 1g azúcares añadidos	2%
Protein/Proteínas 3g	
<small>* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice. * El % Valor Diario (VD) le indica cuánto un nutriente en una porción de alimentos contribuye a una dieta diaria. 2,000 calorías al día se utiliza para asesoramiento de nutrición general.</small>	

Paso 1: Encuentre el tamaño de la porción en la etiqueta de información nutricional del empaque del pan de trigo enriquecido para sándwich:

**1 porción de pan =
1 rebanada = 31 g**

Paso 2: Encuentre el pan en el Apéndice A en el Grupo B que indica:

**Panes: todos (por ejemplo, rebanados, franceses, italianos)
1 oz eq = 28 g o 1.0 oz**

Paso 3: Divida 31 g por rebanada entre 28 g por oz eq:

$31 \div 28 = 1.107$ oz eq por porción

Paso 4: Redondee 1.107 oz eq hacia abajo a la 0.25 oz eq más cercana. **Hay 1.0 oz eq de granos por rebanada de pan.**

Paso 5: Registre la cantidad servida y la contribución de granos. Por ejemplo: **1 rebanada de pan enriquecido (1 oz eq de granos).**

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Tortilla (elaborada con granos enriquecidos)

Nutrition Facts Datos de Nutrición	
10 servings per package/10 porciones por envase	
Serving size/Tamaño por porción	1 tortilla (49g)
Amount per serving/Cantidad por porción	
Calories/Calorías	140
<small>% Daily Value*/Valor Diario*</small>	
Total Fat/Grasa Total 3.5g	5%
Saturated Fat/Grasa Saturada 1.5g	8%
Trans Fat/Grasa Trans 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 420mg	18%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 24g	8%
Dietary Fiber/Fibra Dietética 1g	4%
Total Sugars/Azúcares Totales 1g	
Includes 1g Added Sugars/Incluye 1g azúcares añadidos	2%
Protein/Proteínas 4g	
<small>* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice. * El % Valor Diario (VD) le indica cuánto un nutriente en una porción de alimentos contribuye a una dieta diaria. 2,000 calorías al día se utiliza para asesoramiento de nutrición general.</small>	

Paso 1: Encuentre el tamaño de la porción en la etiqueta de información nutricional del empaque de tortillas:

1 tortilla = 49 g

Paso 2: Encuentre las tortillas en el Apéndice A en el Grupo B que indican:

Tortillas 1 oz eq = 28 g o 1.0 oz

Paso 3: Divida 49 g por tortilla entre 28 g por oz eq:

$49 \div 28 = 1.75$ oz eq por tortilla

Paso 4: Registre la cantidad servida y las oz eq. Por ejemplo:

1 tortilla de harina enriquecida (1.75 oz eq de granos).



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Galletas *crackers*, saladas (elaboradas con granos enriquecidos)

Nutrition Facts	
Datos de Nutrición	
About 4 servings per container/Aproximadamente 4 porciones por envase	
Serving size/Tamaño por porción	8 crackers/galletas (30g)
Amount per serving/Cantidad por porción	
Calories/Calorías	140
<small>% Daily Value*/Valor Diario*</small>	
Total Fat/Grasa Total 4.5g	7%
Saturated Fat/Grasa Saturada 2g	10%
Trans Fat/Grasa Trans 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 280mg	12%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 23g	8%
Dietary Fiber/Fibra Dietética 1g	4%
Total Sugars/Azúcares Totales 1g	
Includes 1g Added Sugars/Incluye 1g azúcares añadidos	2%
Protein/Proteínas 2g	
<small>* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice. * El % Valor Diario (VD) le indica cuánto un nutriente en una porción de alimentos contribuye a una dieta diaria. 2,000 calorías al día se utiliza para asesoramiento de nutrición general.</small>	

Paso 1: Encuentre el tamaño de la porción en la etiqueta de información nutricional del empaque de las galletas saladas.

1 porción = 30 g (8 galletas)

Paso 2: Encuentre las galletas en el Apéndice A en el Grupo A que indican:

Galletas *crackers*, saladas (de soda o de merienda) 1 oz eq = 22 g o 0.8 oz

Paso 3: Divida 30 g por 8 galletas entre 22 g por oz eq:

$$30 \div 22 = 1.36 \text{ oz eq por porción.}$$

Paso 4: Redondee 1.36 oz eq hacia abajo a la 0.25 oz eq más cercana = **1.25 oz eq por porción de 8 galletas.**

Paso 5: Registre la cantidad servida y las oz eq. Por ejemplo: **8 galletas de granos enriquecidos (1.25 oz eq de granos).**

Para determinar cuántas galletas necesita servir para proporcionar 1 oz eq de granos, puede hacer un simple cálculo:

Paso 1: 22 g por 1 oz eq del Apéndice A dividido por 30 g por porción de 8 galletas que obtuvo de la etiqueta de información nutricional es igual al 73 por ciento:

$$22 \div 30 = 0.73 (73\%)$$

Paso 2: Multiplique 0.73 por 8 galletas para determinar cuántas galletas necesita para proporcionar 1 oz eq de granos:

$$0.73 \times 8 = 5.86 \text{ galletas}$$

Paso 3: Redondee 5.86 galletas hacia arriba hasta la siguiente galleta entera:

Redondee a 6 galletas

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Ejemplos para calcular la acreditación de granos de pasta rica en grano integral o enriquecida

Hay 3 métodos para calcular una onza equivalente de pasta:

- 1. Volumen cocido usando el Apéndice A: la pasta está en el Grupo H del Apéndice A.**
 - Recuerde que, para todos los alimentos en la lista del Grupo H del Apéndice A, $\frac{1}{2}$ taza de pasta cocida proporciona 1 oz eq de granos.
- 2. Peso de la pasta en seco: el peso estándar para el grano seco es de 28 g por oz eq.**
- 3. Gramos de granos acreditables por porción.**

Pasta en seco

Nutrition Facts	
Datos de Nutrición	
8 servings per container/8 porciones por envase	
Serving size/Tamaño por porción	32g
Amount per serving/Cantidad por porción	
Calories/Calorías	100
% Daily Value*/Valor Diario*	
Total Fat/Grasa Total 0.5g	1%
Saturated Fat/Grasa Saturada 0g	0%
Trans Fat/Grasa Trans 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 0mg	0%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 20g	7%
Dietary Fiber/Fibra Dietética 4g	14%
Total Sugars/Azúcares Totales 0.5g	
Includes 0g Added Sugars/Incluye 0g azúcares añadidos	0%
Protein/Proteínas 3g	

* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.
* El % Valor Diario (VD) le indica cuánto un nutriente en una porción de alimentos contribuye a una dieta diaria. 2,000 calorías al día se utiliza para asesoramiento de nutrición general.

En este ejemplo, la pasta:

- Tiene harina de trigo integral, harina enriquecida y no tiene granos que no son acreditables.
- Según la etiqueta, rinde un volumen de $\frac{1}{2}$ taza por cada porción de 32 g de peso seco.
- Tiene 29 g de grano acreditable en una porción de 32 g, según la Declaración de Formulación del Producto del fabricante.

Probemos los 3 métodos de cálculo para determinar las onzas equivalentes (oz eq) de los granos acreditables:

- 1. Para determinar las oz eq por el volumen cocido:**
 $\frac{1}{2}$ taza de pasta cocida \div $\frac{1}{2}$ taza estándar = 1 oz eq
- 2. Para determinar las oz eq según el peso de la pasta en seco:**
 32 g de peso seco \div 28 g estándar = 1.14.
1.14 se redondea hacia abajo a 1 oz eq
- 3. Para determinar las oz eq según los g de grano acreditable:**
 29 g de granos acreditables por porción \div 28 g estándar = 1.03
1.03 se redondea hacia abajo a 1 oz eq

En este ejemplo, los 3 métodos de cálculo resultaron en la misma cantidad acreditable. Tenga en cuenta que cada uno de los métodos puede resultar en una respuesta diferente, siempre y cuando haya usado el método correctamente, podrá usar las onzas equivalentes de cualquier método que usó. Elija y documente el método que mejor funcione para su programa.



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

A continuación, veremos los pasos para calcular la contribución de onzas equivalentes de granos en una receta.

Ejemplo: calculando la acreditación de onzas equivalentes de granos de una receta

Use los pasos en el ejemplo de la receta de pan italiano para calcular las onzas equivalentes de granos en una receta. Tenga en cuenta que esta receta contiene tanto harinas de grano integral como harinas gruesas y finas enriquecidas.

Recuerde que al determinar la contribución de granos, los decimales se redondean siempre hacia abajo, para que nunca haya menos cantidad acreditable de lo que se reclama. Sin embargo, a la hora de determinar las cantidades a preparar, los decimales se redondean siempre hacia arriba para garantizar que se preparen suficientes cantidades de alimentos para proporcionar el número de porciones correcto.

Pan italiano: rinde 25 rebanadas

Ingredientes	Peso	Medida
Levadura seca de panadería		2 cda 1 cdta
Agua (110 °F)		½ taza
Harina de trigo integral	1 lb	3½ tazas
Harina de pan enriquecida	14 oz	3⅓ tazas
Leche en polvo descremada instantánea	1½ oz	3 cda
Azúcar		2 cda
Sal		1¼ cdta
Agua (70-75 °F)		1½ tazas
Manteca, sin grasa <i>trans</i>		2 cda
Harina blanca de maíz integral		1 cda

Los ingredientes de granos acreditables están recalcados.

Paso 1: Convierta los ingredientes de granos a onzas en decimales:

Harina de trigo integral 1 lb = 16 oz

Harina de pan enriquecida 14 oz

Harina blanca de maíz integral (1 cucharada de harina de maíz pesa menos que 1 onza, por lo tanto su peso no se suma al peso de las otras harinas).

Nota: Para convertir el peso en libras a onzas, cambie el peso a libras en decimales y luego, multiplique por 16 onzas por libra. Por ejemplo, 1 lb 4 oz = 1.25 lb x 16 oz por libra = 20 oz

ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

Paso 2: Convierta onzas a gramos en decimales:

Harina de trigo integral
16 oz x 28.35 g por onza = 453.6 g

Harina de pan enriquecida
14 onzas x 28.35 g por onza = 396.9 g

Paso 3: Agregue el total de gramos de todos los granos:

453.6 g de harina de trigo integral + 396.9 g de harina de pan enriquecida = 850.5 g totales

Paso 4: Divida el total de gramos por el número de porciones de la receta:

850.5 g total ÷ 25 = 34.02 g de granos por porción

Paso 5: Divida el total de gramos de los granos por porción entre 16 g por oz eq:

34.02 g de granos por porción ÷ 16 g por oz eq = 2.1262 oz eq de granos.

Paso 6: Redondee hacia abajo a la 0.25 oz eq más cercana:

2.1262 se redondea hacia abajo a 2 oz eq de granos por porción.

1 rebanada de este pan italiano proporciona 2 oz eq de granos.
Para proporcionar 1 oz eq de granos, podría servir ½ rebanada de este pan italiano.

Consejo útil: Documente tanto el tamaño de la porción como las onzas equivalentes de granos por porción.

PESOS DE LOS GRANOS MÁS COMUNES

Si su receta solo proporciona la cantidad de granos en medidas de taza, use la tabla siguiente para determinar el peso de cada ingrediente en gramos. Esto le ahorra el paso adicional de convertir las recetas de tazas a onzas/libras y luego, a gramos. Por supuesto, recuerde dividir o multiplicar el número de gramos para reflejar el número de tazas en su receta.

Producto alimenticio	Descripción	Peso de 1 taza en gramos
Avena	Sin cocinar	81 gramos
Germen de trigo	En cucharada	115 gramos
Harina de trigo integral	Sin cernir, en cucharada	120 gramos
Harina para pan	Sin cernir, en cucharada	137 gramos
Harina para todo uso	Sin cernir, en cucharada	125 gramos

Fuente: *USDA National Nutrient Database for Standard Reference* (Base de datos nacional de nutrientes para referencia estándar del USDA).

Nota: También puede usar la Hoja de Análisis de Recetas (RAW) disponible en la herramienta interactiva web de la Guía de compra de alimentos, para calcular la contribución de sus recetas al patrón de comidas. La herramienta web tiene una guía para el usuario y videos de capacitación para ayudarle a usar la RAW (consulte la sección de recursos en las páginas 133 a 135).



ACREDITACIÓN EN ACCIÓN: DETERMINANDO LAS CONTRIBUCIONES AL PATRÓN DE COMIDAS

SITUACIONES ESPECIALES DE ACREDITACIÓN PARA LOS GRANOS

Tenga en cuenta, que para acreditar los alimentos combinados que tienen un producto de grano enumerado en el Apéndice A, como por ejemplo un *wonton*, o la envoltura de rollito de huevo (Apéndice A, Grupo B), o la masa para pasteles salados (Apéndice A, Grupo C), el peso de los productos varía bastante incluyendo diferencias en la cantidad del relleno por lo que no se puede establecer un peso total estándar. Al igual que con todos los productos de granos, SOLAMENTE se usa el peso del producto de granos NO el peso total del producto para determinar la acreditación de granos. Documente la contribución al patrón de comidas de los granos (acreditación) de estos alimentos combinados con una receta estandarizada, una Declaración de Formulación del Producto o una etiqueta de CN. Mantenga una copia de la documentación en su archivo para demostrar cómo los alimentos contribuyen a los requisitos del patrón de comidas.

Los pesos indicados para 1 onza equivalente en cada grupo del Apéndice A reflejan el peso total del producto necesario para proporcionar al menos 16 gramos de granos acreditables (grano integral, y/o harina gruesa y/o harina fina enriquecida, salvado o germen) junto con cualquier otro ingrediente del producto.

Una onza equivalente para algunos alimentos puede ser menos que una onza medida si el alimento está concentrado o tiene poco contenido de agua (por ejemplo, harina) o más de una onza si el alimento tiene más contenido de agua (por ejemplo, arroz cocido o pasta cocida).

Para ser acreditables, los productos de granos de maíz deben indicar en la etiqueta que son de maíz entero (u otras denominaciones de “maíz entero” como maíz de grano entero, maíz entero molido o harina de maíz entero) o maíz enriquecido (u otras denominaciones de “maíz enriquecido” como harina de maíz amarillo enriquecido, harina de maíz enriquecida o sémola de maíz enriquecida), excepto la masa de maíz, la masa harina, o la sémola de maíz (*hominy grits*), que se consideran de grano integral.