



Serving Milk in the CACFP



Use the information below to see what kind of milk to serve in the Child and Adult Care Program (CACFP) to those in your care.

Newborn through 11 months old

- ✓ Breastmilk
- ✓ Iron-fortified formula

Breastmilk is allowed at any age in the CACFP.

12 months through 23 months *(1 year through 1 year and 11 months)*

- ✓ Unflavored whole milk

Iron-fortified formula may be served to children between the ages of 12 months to 13 months to help with the transition to whole milk.

2 years through 5 years *(up to 6th birthday)*

- ✓ Unflavored fat-free (skim) milk
- ✓ Unflavored low-fat (1%) milk

Unflavored whole milk and unflavored reduced-fat (2%) milk may be served to children between the ages of 24 and 25 months to help with the transition to fat-free (skim) or low-fat (1%) milk.

6 through 12 years, 13 through 18 years, and adults

- ✓ Unflavored fat-free (skim) milk
- ✓ Flavored fat-free (skim) milk
- ✓ Unflavored low-fat (1%) milk
- ✓ Flavored low-fat (1%) milk

Non-dairy beverages may be served in place of cow's milk when a participant has a special dietary need. Please contact your Sponsoring Organization or State agency for more information.

For Adult Participants:

Yogurt may be served in place of milk once per day.

A serving of milk is optional at supper.

The Facts on Flavored Milk:

Flavored milk cannot be part of a reimbursable meal or snack for children 5 years old and younger.

Homemade flavored milk made by adding flavored straws, syrups, and powders to unflavored milk also cannot be part of a reimbursable meal or snack for children 5 years old and younger.

Flavored milk served to children 6 years old and older and to adults must be fat-free (skim) or low-fat (1%).

Try It Out!

Milk Matters!



Use the information on this worksheet to answer the questions below.

1. Maya is a 1-year-old at your family child care home and eats lunch at the same time as Darrick, who is 2 years old. What type(s) of milk may you serve each child?

Maya's Age:

Type(s) of Milk:

Darrick's Age:

Type(s) of Milk:

2. Olivia is a 5½-year-old who attends your family child care home. What kind(s) of milk may you serve her in the CACFP?

Olivia's Age:

Types of Milk:

3. At your adult day care center, you want to serve yogurt at breakfast and again that same day, during lunch. Both times, yogurt would be served in place of milk. Is this allowed? Why or why not?

Answer Key:

1. **Maya's age:** 1 year. **Type(s) of Milk:** Because Maya is 1 year old, she may be served unflavored whole milk in the CACFP. If she is younger than 1 year and 1 month (13 months), she may also be served iron-fortified formula. There is a 1-month transition period to help children adjust to whole milk between the ages of 12 months and 13 months.

Darrick's age: 2 years. **Type(s) of Milk:** Because Darrick is 2 years old, he may be served unflavored fat-free (skim) milk or unflavored low-fat (1%) milk. If he is younger than 2 years 1 month (25 months), he may also be served unflavored whole milk, and unflavored reduced-fat (2%) milk. There is a 1-month transition period when the child turns 2 to help him or her adjust from whole milk to fat-free (skim) or low-fat (1%) milk.

2. **Olivia's Age:** 5 ½ years. **Type(s) of milk:** Because Olivia falls into the 2- through 5-year-old age group, she can be served unflavored fat-free (skim) milk and unflavored low-fat (1%) milk.

3. No, you are not allowed to serve yogurt instead of milk at breakfast AND at lunch. You are only allowed to serve yogurt instead of milk at one meal per day to adult participants. If you are serving yogurt as a meat alternate, you may not serve yogurt in place of milk at the same meal.



Servir leche en el CACFP

Use la siguiente información para ver qué tipo de leche debe servir a los que están a su cuidado en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP).



Recién nacido hasta los 11 meses

- ✓ Leche materna
- ✓ Fórmula fortificada con hierro

La leche materna está permitida a cualquier edad en el CACFP.

Desde los 12 meses hasta los 23 meses (desde 1 año hasta 1 año y 11 meses)

- ✓ Leche entera sin sabor

La fórmula fortificada con hierro puede servirse a niños de 12 a 13 meses, para ayudar con la transición a la leche entera.

2 años hasta los 5 años (hasta el sexto cumpleaños)

- ✓ Leche sin grasa (descremada) sin sabor
- ✓ Leche baja en grasa (1%) sin sabor

La leche entera sin sabor y la leche reducida en grasa (2%) sin sabor pueden servirse a niños de 24 y 25 meses, para ayudar con la transición a la leche sin grasa (descremada) o baja en grasa (1%).

Desde los 6 a los 12 años, de 13 a 18 años y adultos

- ✓ Leche sin grasa (descremada) sin sabor
- ✓ Leche sin grasa (descremada) con sabor
- ✓ Leche baja en grasa (1%) sin sabor
- ✓ Leche baja en grasa (1%) con sabor

Las bebidas sin lactosa pueden servirse en lugar de la leche de vaca cuando un participante tiene una necesidad dietética especial. Por favor, contacte a su organización patrocinadora o agencia estatal para obtener más información.

Para los participantes adultos:

Puede servir yogur en lugar de leche una vez al día.

Una porción de leche es opcional en la cena.

Datos sobre la leche con sabor:

La leche con sabor no puede formar parte de una comida o merienda reembolsable para los niños de 5 años de edad o menores.

La leche con sabor casera, hecha añadiendo sabor con pajitas mágicas, jarabes o polvos a la leche sin sabor, tampoco puede formar parte de una comida o merienda reembolsable para los niños de 5 años de edad o menores.

La leche con sabor servida a los niños de 6 años de edad o mayores y a los adultos debe ser sin grasa (descremada) o baja en grasa (1%).

¡Inténtelo!

¡La leche importa!



Use la información en esta hoja de capacitación para responder las siguientes preguntas.

1. Maya, de 1 año, está en su hogar de cuidado infantil y almuerza al mismo tiempo que Darrick, que tiene 2 años de edad. ¿Qué tipo o tipos de leche deben servirse a cada niño?

Edad de Maya:

Edad de Darrick:

Tipo(s) de leche:

Tipo(s) de leche:

2. Olivia es una niña de 5 años y medio que asiste a su hogar de cuidado infantil. ¿Qué tipo o tipos de leche puede servirle en el CACFP?

Edad de Olivia:

Tipos de leche:

3. En su centro de cuidado diurno para adultos, usted quiere servir yogur en el desayuno y, ese mismo día, otra vez durante el almuerzo. En ambas ocasiones, el yogur se servirá en lugar de la leche. ¿Está permitido? ¿Por qué sí o por qué no?

Respuestas:

1. **Edad de Maya:** 1 año. **Tipo(s) de leche:** Puesto que Maya tiene 1 año, se le puede servir leche entera sin sabor en el CACFP. Si ella es menor de 1 año y 1 mes (13 meses), también se le puede servir fórmula fortificada con hierro. Hay un período de transición de 1 mes, entre los 12 y los 13 meses de edad, para ayudar a los niños a adaptarse a la leche entera.

Edad de Darrick: 2 años. **Tipo(s) de leche:** Puesto que Darrick tiene 2 años, se le puede servir leche sin grasa (descremada) sin sabor o leche baja en grasa (1%) sin sabor. Si es menor de 2 años y 1 mes (25 meses), también se le puede servir leche entera sin sabor, y leche reducida en grasa (2%) sin sabor. Hay un período de transición de 1 mes cuando el niño cumple 2 años para ayudarlo en el cambio de la leche entera a la leche sin grasa (descremada) o a la leche baja en grasa (1%).

2. **Edad de Olivia:** 5 años y medio. **Tipo(s) de leche:** Debido a que Olivia pertenece al grupo de 2 a 5 años de edad, se le puede servir leche sin grasa (descremada) sin sabor o leche baja en grasa (1%) sin sabor.

3. No, no se le permite servir yogur en lugar de leche en el desayuno y en el almuerzo. Solo se le permite servir yogur en lugar de leche en una comida al día para los participantes adultos. Si usted está sirviendo yogur como un sustituto de carne, no se puede servir yogur en lugar de leche en la misma comida.