USDA
United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service

Serving Snacks in the Child and Adult Care Food Program

Snacks can be a great way to give Child and Adult Care Food Program (CACFP) participants the nutrients and energy they need between meals. Reimbursable snacks in the CACFP contain foods from two of the five food components:

Sample Snack Menu

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
Water Sugar Snap Peas With Low-Fat Dip String Cheese	Blueberry Smoothie	Whole-Wheat Crackers Milk	Water Berries Low-Fat Yogurt	Carrots With Hummus 100% Apple Juice
Vegetables + Meats/Meat Alternates	Meats/Meat Alternates + Milk	Grains + Milk	Fruits + Meats/Meat Alternates	Vegetables + Fruits

Note: Water is not considered a food component in the CACFP. However, you should offer and make water available to participants throughout the day. Water is a great choice at snacks when milk is not offered.

More training, menu planning, and nutrition education materials for the CACFP can be found at **https://teamnutrition.usda.gov**.

Minimum Serving Sizes at Snack

Choose **two** different food components for a reimbursable snack. See below for minimum serving sizes for each food component at snack. You can serve more than the amount listed.

Minimum Serving Sizes at Snack				
Food Component	Age Group			Keep in Mind
	Ages 1-2 years and 3-5 years	Ages 6-12 years and 13-18 years	Adults	
	Serve at least…			
Milk	½ cup	1 cup	1 cup	See "Serving Milk in the CACFP" at https://teamnutrition.usda.gov for more information.
Vegetables	½ cup	¾ cup	½ cup	Raw leafy vegetables credit for half of the amount served. For example, 1 cup of raw spinach credits as a ½ cup of vegetables.
Fruits	½ cup	¾ cup	½ cup	Dried fruit credits for double the amount served. For example, ¼ cup of raisins credit as a ½ cup of fruit.
Meats/Meat Alternates	½ oz eq	1 oz eq	1 oz eq	Nuts and seeds may be used to meet the full meats/meat alternates requirement at snack.
Grains	½ oz eq	1 oz eq	1 oz eq	Grain-based desserts, such as cereal bars, granola bars, and toaster pastries, cannot count toward a reimbursable meal or snack in the CACFP. See "Grain-Based Desserts in the CACFP" at https://teamnutrition.usda.gov for more information. If snack is the only CACFP meal provided, any grains served must be whole grain-rich. See "Adding Grains to Your CACFP Menu" at https://teamnutrition.usda.gov for more information.

! *Oz eq = Ounce Equivalent*

Shelf-Stable Snacks

Looking for snacks that do not require refrigeration? Here are some ideas:

- Applesauce, Shelf-Stable Cups
- Beef Jerky*
- Dried Fruit (such as raisins, dried cranberries, etc.)
- Fruit Cups, Shelf-Stable
- Juice (100%)
- Milk, Shelf-Stable
- Popcorn
- Sunflower Seed or Nut Butter
- Whole Fruit (such as bananas, oranges, etc.)
- Whole Grain-Rich Breads, Cereals,** Crackers, or Tortillas

! **A Product Formulation Statement is needed for crediting.*
***Cereals must meet the CACFP sugar limit.*

Planning Snacks for Different Age Groups

- Some foods, like popcorn and surimi seafood, require a larger amount of food to credit toward a food component. This amount may help older children feel full, but may be too much for younger children. You can find food crediting information in the Food Buying Guide at: **https://foodbuyingguide.fns.usda.gov**.
- Consider participants' ability to chew and swallow foods safely when preparing snacks. Cutting raw fruits and vegetables into pieces can make them easier to eat.
- If serving children 4 years and younger, you can help reduce the risk of choking by:
  - Cutting round, soft foods, like cherry tomatoes and grapes, into small pieces no larger than one-half inch (½").
  - Cooking food until it is slightly soft.
  - Spreading nut or seed butters thinly, or thinning nut butters before serving.
  - Avoiding foods that may pose a choking risk, such as popcorn, dried meats, dried fruit, and nuts.

Try It Out!

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

1 Margaret works in an afterschool program and serves only an afternoon snack in the CACFP. She wants to serve diced peaches and whole grain-rich crackers. Is this a reimbursable snack?

_____

_____

2 José wants to serve a fruit and a grain for snack. He picks a fig cereal bar and raisins. Is this a reimbursable snack?

_____

_____

3 Isabella wants to make carrot and apple slaw to serve to adult participants at snack. Is this a reimbursable snack?

_____

_____

Answers:

1. Yes, diced peaches and whole grain-rich crackers are a reimbursable snack. Because this center only serves one CACFP meal per day, any grains served must be whole grain-rich.

2. No, this snack is not reimbursable. Although the raisins count toward the fruits component, the cereal bars are a grain-based dessert and cannot count toward a reimbursable meal or snack in the CACFP.

3. Yes, carrot and apple slaw can be served as a reimbursable snack. Isabella should make sure there are enough carrots in each serving to meet the minimum serving amount for vegetables (¼ cup), and enough apples to meet the minimum serving amount for fruit (½ cup) for adults.

USDA
United States Department of Agriculture
Food and Nutrition Service

Servir meriendas o refrigerios en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos

Las meriendas o refrigerios pueden ser una excelente manera de brindar a los participantes del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés) los nutrientes y la energía que necesitan entre las comidas. Las meriendas (refrigerios) reembolsables en el CACFP contienen alimentos pertenecientes a dos de los cinco componentes alimenticios:

Ejemplo de menú para meriendas (refrigerios)

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Agua Guisantes (*sugar snap peas*) con aderezo bajo en grasa Palito de queso	Batido de arándanos	Galletas "crackers" de trigo integral Leche	Agua Bayas Yogur, bajo en grasa	Zanahorias con hummus Jugo de manzana, 100% puro
Vegetales + Carnes/ Sustitutos de carne	Carnes/ Sustitutos de carne + Leche	Granos + Leche	Frutas + Carnes/ Sustitutos de carne	Vegetales + Frutas

Nota: El agua no se considera un componente alimenticio en el CACFP. Sin embargo, se debe ofrecer y tenerla disponible para los participantes durante todo el día. El agua es una excelente opción en las meriendas (refrigerios) cuando no se ofrece leche.

Para más recursos de capacitación, planificación de menús y educación nutricional para el CACFP visite **https://teamnutrition.usda.gov**.

Tamaños mínimos de porción en la merienda

Para que una merienda (refrigerio) sea reembolsable, usted debe elegir **dos** componentes alimenticios diferentes. Vea a continuación los tamaños mínimos de porciones para cada componente alimenticio en la merienda (refrigerio). Puede servir más de la cantidad indicada.

Tamaños mínimos de porción en la merienda				
Componente alimenticio	**Grupo de edad**			**Tenga en cuenta**
	De 1 a 2 años y de 3 a 5 años	**De 6 a 12 años y de 13 a 18 años**	**Adultos**	
	Sirva al menos…			
Leche	½ taza	1 taza	1 taza	Para más información, consulte el recurso “Servir leche en el CACFP” en https://teamnutrition.usda.gov.
Vegetales	½ taza	¾ taza	½ taza	Los vegetales de hoja verde crudos, se acreditan como la mitad de la cantidad servida. Por ejemplo, 1 taza de espinacas crudas se acredita como ½ taza de vegetales.
Frutas	½ taza	¾ taza	½ taza	Las frutas secas se acreditan como el doble de la cantidad servida. Por ejemplo, ¼ taza de uvas pasas se acredita como ½ taza de fruta.
Carnes/ Sustitutos de carne	½ oz eq	1 oz eq	1 oz eq	Las nueces (frutos secos) y semillas se pueden usar para cumplir con el requisito completo de la carne/sustituto de carne.
Granos	½ oz eq	1 oz eq	1 oz eq	Los postres a base de granos, tales como las barras de cereal, las barras de granola y los pastelitos dulces de desayuno (*toaster pastries*) no se pueden contar como parte de una comida o merienda (refrigerio) reembolsable en el CACFP. Para más información, consulte el recurso “Postres a base de granos en el CACFP” en https://teamnutrition.usda.gov. Si la merienda (refrigerio) es la única comida que proporciona su sitio participante del programa CACFP, se requiere que todos los granos servidos sean ricos en grano integral. Para más información, consulte el recurso “Añadir granos integrales a su menú en el CACFP” en https://teamnutrition.usda.gov.

! *Oz eq = Onza equivalente*

Meriendas de larga duración (no perecederas)

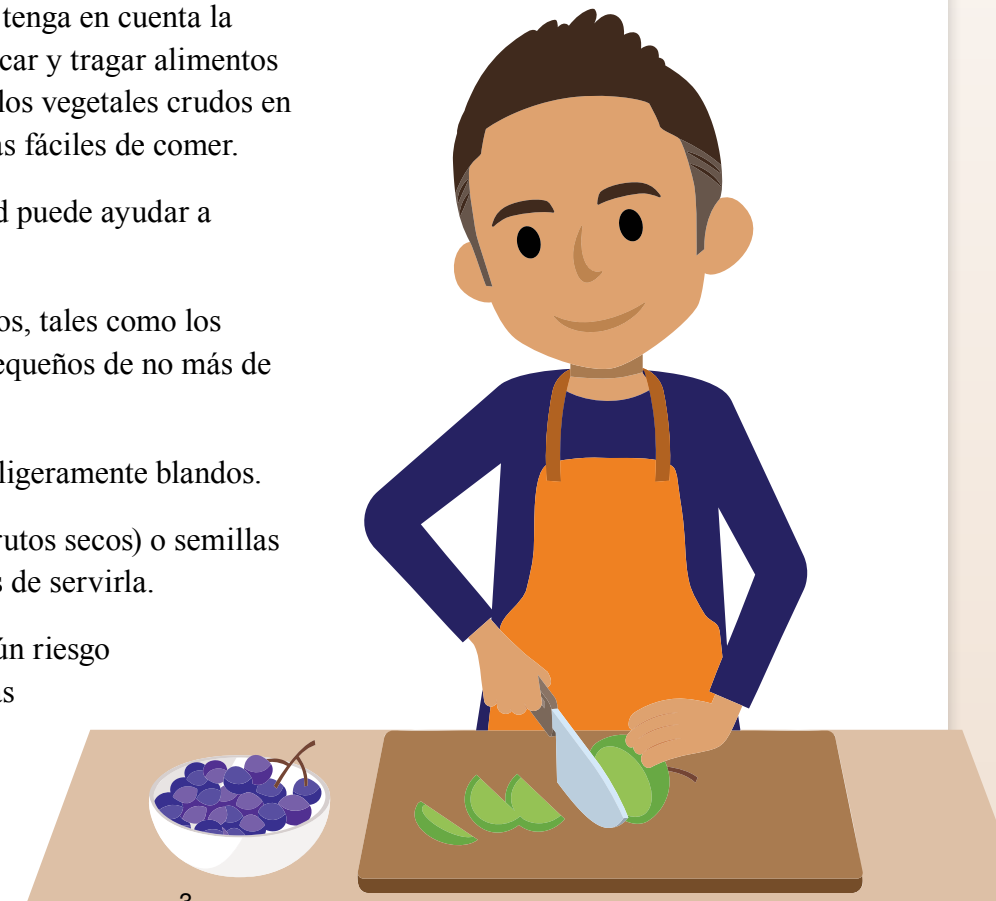
¿Está buscando meriendas (refrigerios) que no requieran refrigeración? Estos alimentos también se les conoce como alimentos de larga duración. Aquí hay algunas ideas:

- Carne de vaca seca (*Beef Jerky*)*
- Fruta entera (Ej., naranjas, bananas)
- Frutas secas (como pasas, arándanos rojos secos, etc.)
- Jugo (100% puro)
- Leche, de larga duración
- Palomitas de maíz
- Panes, cereales**, galletas "crackers" o tortillas integrales
- Semillas de girasol o mantequilla de nuez
- Taza de frutas, empacada, de larga duración (no perecedera)
- Taza de puré de manzana, empacada, de larga duración (no perecedera)

! **Necesita una declaración de la formulación del producto para poder acreditarse.*
***Los cereales deben cumplir con el límite de azúcar del CACFP.*

Planificación de meriendas para diferentes grupos de edad

- Algunos alimentos, como las palomitas de maíz y los mariscos de surimi, requieren un mayor volumen de alimentos para poder acreditarse como una onza equivalente. Esta cantidad puede ayudar a los niños mayores a sentirse llenos, pero puede ser demasiado para los niños más pequeños. Puede encontrar más información sobre la acreditación de los alimentos en la Guía de compra de alimentos (*Food Buying Guide for Child Nutrition Programs*, solo disponible en inglés) en: **https://foodbuyingguide.fns.usda.gov**.
- Cuando prepare meriendas (refrigerios), tenga en cuenta la habilidad de los participantes para masticar y tragar alimentos de manera segura. El cortar las frutas y los vegetales crudos en trozos más pequeños, puede hacerlos más fáciles de comer.
- Si sirve a niños menores de 4 años, usted puede ayudar a reducir el riesgo de atragantamiento al:
  - Cortar los alimentos redondos y blandos, tales como los tomates *cherry* y las uvas, en trozos pequeños de no más de media pulgada (½").
  - Cocinar los alimentos hasta que estén ligeramente blandos.
  - Esparcir las mantequillas de nueces (frutos secos) o semillas o disolver la mantequilla de nuez antes de servirla.
  - Evitar alimentos que puedan tener algún riesgo de atragantamiento, como las palomitas de maíz, las carnes secas, las frutas secas o las nueces.



¡Ponga a prueba su conocimiento!

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

1 Margarita trabaja en un programa después de la escuela y sirve solo una merienda (refrigerio) como parte del CACFP. Ella quiere servir durazno cortado en trocitos y galletas "crackers" ricas en grano integral. ¿Es esta una merienda (refrigerio) reembolsable?

_____

_____

2 José quiere servir una fruta y un grano para la merienda. Él elige una barra de cereal de higo y pasas. ¿Es esta una merienda (refrigerio) reembolsable?

_____

_____

3 Isabela quiere hacer ensalada de zanahoria y manzana para servirla a los participantes adultos durante la merienda (refrigerio). ¿Es esta una merienda (refrigerio) reembolsable?

_____

_____

Respuestas:

1. Sí, los duraznos cortados en trocitos y las galletas "crackers" ricas en grano integral son una merienda (refrigerio) reembolsable. Debido a que este centro solo sirve una comida al día como parte del CACFP, cualquier grano servido debe ser rico en grano integral.

2. No, esta merienda no es reembolsable. Aunque las pasas cuentan como parte del componente de frutas, las barras de cereal se considerarán un postre a base de granos y no se pueden contar como parte de una comida o merienda (refrigerio) reembolsable en el CACFP.

3. Sí, la ensalada de zanahoria y manzana se puede servir como una merienda (refrigerio) reembolsable. Sin embargo, Isabela debe asegurarse de que haya suficiente zanahoria en cada porción para cumplir con la cantidad mínima de porción de vegetales (½ taza), y suficiente manzana para alcanzar la cantidad mínima de porción de frutas para adultos (½ taza).

USDA es un proveedor, empleador y prestamista que ofrece igualdad de oportunidades.