

Программа продовольственного обеспечения детей и взрослых (CACFP) Рацион для младенцев

- Младенцев следует кормить по требованию, как только они проголодаются.
- Спонсоры обязаны предлагать как минимум один вид обогащенной железом детской смеси (iron-fortified infant formula, IFIF) с возмещаемой стоимостью.
- В таблице ниже приведены минимальные размеры порций, соответствующие требованиям к рациону.

Условные обозначения:

ж. унц. = жидкая унция
 экв. унц. = эквивалентная унция
 унц. = унция (масса)
 ст. л. = столовая ложка

Завтрак, обед и ужин:

| Продукты питания и их компоненты | 0–18 месяцев | 6–11 месяцев |
|---|--------------|--|
| Грудное молоко ¹ или обогащенная железом детская смесь (IFIF) ^{1,2} | 4–6 ж. унц. | 6–8 ж. унц. |
| Фрукты или овощи ^{3,4} (или смеси фруктов и овощей) | | 0–2 ст. л. |
| Обогащенная железом детская каша (IFIC) ^{5,6} или Мясо или альтернативный продукт (М/МА) ³ , в том числе Мясо, рыба, птица, цельные яйца, приготовленные сухие фасоль/горох или Сыр или Творог или Йогурт ⁷ | | 0–½ экв. унц. (0–4 ст. л.) 0–4 ст. л. 0–2 унц. 0–4 унц. или ½ стакан 0–4 унц. или ½ стакан |

Примечание. Обогащенные железом детские каши (Iron-Fortified Infant Cereal, IFIC) — это единственный зерновой компонент, который может входить в состав завтрака, обеда и ужина. Младенцам, которые не едят кашу IFIC, можно подать продукт М/МА.

Второй завтрак:

| Продукты питания и их компоненты | 0–18 месяцев | 6–11 месяцев |
|---|--------------|---|
| Грудное молоко ¹ или обогащенная железом детская смесь (IFIF) ^{1,2} | 4–6 ж. унц. | 2–4 ж. унц. |
| Фрукты или овощи ^{3,4} (или смеси фруктов и овощей) | | 0–2 ст. л. |
| Обогащенная железом детская каша (IFIC) ^{5,6} или Хлеб, крекеры или готовые сухие завтраки ^{5,6,8} Хлеб, тортилья, печенье или Вафля, блинчик, булочка или Солёные крекеры или Сладкие крекеры или Сухие завтраки (хлопья или колечки) ⁹ или Сухие завтраки (подушечки или воздушные злаки) ⁹ | | 0–½ экв. унц. (0–4 ст. л.) 0–½ экв. унц. 14 г 17 г 6 г 7 г 7 г или 4 ст. л. или ¼ ст. 7 г или 5 ст. л. или ⅓ ст. |

Примечание. Хлебобулочные изделия, крекеры и сухие завтраки можно подавать только за вторым завтраком. М/МА подаются только в качестве дополнения.

¹ Присутствие грудного молока и (или) смеси IFIF обязательно. Грудное молоко (при наличии) является предпочтительным питанием для младенцев в возрасте до 11 месяцев.

² Все детские смеси должны быть одобрены FDA и обогащены железом из расчета не менее 1 мг железа на 100 калорий.

³ Данный компонент обязателен, как только ребенок готов к употреблению твердой пищи. В рамках одного компонента можно смешивать несколько продуктов питания.

⁴ Младенцам запрещается давать фруктовые и овощные соки (в том числе 100%-ные).

⁵ Все детские каши для младенцев должны быть обогащены железом (IFIC).

⁶ В качестве зерновых допускается **один** из следующих вариантов: продукты из витаминизированной муки **или** продукты с высоким содержанием цельного зерна. С 1 октября 2021 г. количество отвечающих требованиям программы зерновых продуктов в порции будет измеряться в эквивалентных унциях. Размер порции в эквивалентных унциях соответствует прежнему размеру порции. Другие примерные размеры порций отвечающих критериям программы зерновых продуктов для младенцев приведены в публикации [Feeding Infants Using Ounce Equivalents for Grains Worksheet](#).

⁷ Содержание сахара в йогурте должно составлять не более 12 г добавленного сахара на 6 унций продукта. См. [Yogurt Sugar Limit Wallet Card](#)

⁸ [Grain-based desserts](#) (зерновые десерты и очищенные зерновые продукты) не учитываются как зерновой компонент при определении соответствия требованиям.

⁹ В качестве сухих завтраков следует использовать витаминизированные продукты с высоким содержанием цельного зерна и содержанием сахара не более 6 г на унцию сухого веса (не более 21 г сахара на 100 г сухого продукта). См. [Breakfast Cereal Sugar Limit Wallet Card](#) и WIC Cereal List.

Дополнительные материалы: [Feeding Infants in the Child and Adult Care Food Program \(USDA\)](#)