

المكونات الغذائية	المواد الغذائية	الحد الأدنى من الكميات اللازمة
الإفطار	لبن ¹	لبن سائل خالي من الدسم أو قليل الدسم (1%) أو زبادي
	خضروات/فاكهة ²	خضروات أو فاكهة أو عصير 100%
	حبوب/خبز	خبز ¹ أو شريحة
		خبز الذرة أو البسكويت أو خبز افرنجي أو فطيرة مافن ¹ أو
		طعام الحبوب الجاف ¹ أو
وجبة خفيفة	لبن ¹	لبن سائل خالي من الدسم أو قليل الدسم (1%) أو زبادي
	خضروات/فاكهة ²	خضروات أو فاكهة أو عصير 100%
	حبوب/خبز (انظر القائمة أعلاه وأدناه)	لبن سائل خالي من الدسم أو قليل الدسم (1%) أو زبادي
	اللحوم/بدائل اللحوم (انظر القائمة أدناه)	لحم أحمر خالي من الدهن، أو طيور أو أسماك ¹ أو
		جبين قريش ¹ أو
الغداء أو العشاء	لبن ¹	لبن سائل خالي من الدسم أو قليل الدسم (1%) أو زبادي
	خضروات/فاكهة ²	حبتان من الخضروات و/أو الفاكهة
	حبوب/خبز	خبز ¹ أو شريحة أو 1 حصة
		خبز الذرة أو البسكويت أو خبز افرنجي أو فطيرة مافن ¹ أو
		المعكرونة أو النودلز أو الحبوب المطبوخة ¹ أو
		بسكويت جراهام
	اللحوم/بدائل اللحوم	لحم أحمر قليل الدهن، أو طيور أو أسماك ¹ أو
		جبين قريش ¹ أو
		جبين ¹ أو
		بيض ¹ أو
	فاصوليا بيضاء جافة أو بسلة أو عدس مطبوخ ¹ أو	
	زبدة الفول السوداني ¹ أو	
	فول سوداني، أو مكسرات أو بذور ¹ أو	
	زبادي خالي من الدسم أو قليل الدسم	

¹ يجب أن يتم تقديم الحليب السائل مرة واحدة في اليوم مع وجبة الطعام الأساسية أو وجبة الطعام الخفيفة. وإذا لا يتم تقديم الحليب مع الفطور أو الغداء، فعندها يجب تقديم اللبن الزبادي (الرائب). أما مع العشاء، فليس مطلوباً تقديم الحليب أو اللبن الزبادي. ويُوصى بالحليب الخالي من الدسم أو المنخفض الدسم (1%) وغير المنكه.

² يجب أن لا تزيد كمية العصير المقدمة عن حصة واحدة فقط يومياً.

يشير مصطلح "راشد" إلى مشارك في مركز رعاية نهائية يبلغ 60 عاماً أو أكثر أو شخص مصاب بإعاقة مزمنة يبلغ 18 عاماً أو أكثر.

وفقاً للقانون الفدرالي وسياسة وزارة الزراعة الأميركية، فإنه يحظر على هذه المؤسسة أن تقوم بالتمييز على قاعدة العرق، اللون، البلد الأصلي، الجنس، العمر، أو الإعاقة. لتقديم شكوى بسبب التعرض لتمييز، يرجى الكتابة إلى: USDA, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410 أو الاتصال على الرقم المجاني 632-9992 (866) (هاتف صوتي). أما الأشخاص الذين يعانون من الصمم/ضعاف السمع أو الذين يعانون من إعاقات في النطق، فيمكنهم الاتصال بوزارة الزراعة الأميركية عبر خدمة Federal Relay Service على الرقم 877-8339 (800) أو 845-6136 (800) (اللغة الأسبانية). وزارة الزراعة الأميركية صاحبة عمل تؤمن بمبدأ تكافؤ الفرص وتقوم بتطبيقه على كافة الموظفين.

يرجى الرجوع إلى "الأغذية المعتمدة من برنامج CACFP" للحصول على معلومات بشأن المكونات المحددة للوجبات.

وفقاً للقانون الفدرالي وسياسة وزارة الزراعة الأميركية، فإنه يحظر على هذه المؤسسة أن تقوم بالتمييز على قاعدة العرق، اللون، البلد الأصلي، الجنس، العمر، أو الإعاقة. لتقديم شكوى بسبب التعرض لتمييز، يرجى الكتابة إلى: USDA, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, SW, Washington, DC 20250-9410، أو الاتصال على الرقم المجاني 632-9992 (866) (هاتف صوتي). أما الأشخاص الذين يعانون من الصمم/ضعاف السمع أو الذين يعانون من إعاقات في النطق، فيمكنهم الاتصال بوزارة الزراعة الأميركية عبر خدمة Federal Relay Service على الرقم 877-8339 (800) أو 845-6136 (800) (اللغة الأسبانية). وزارة الزراعة الأميركية صاحبة عمل تؤمن بمبدأ تكافؤ الفرص وتقوم بتطبيقه على كافة الموظفين.