CACFP
Child and Adult Care Food Program
New York State Department of Health

نمط وجبات الرضع الصحية

	مكونات الأطعمة	العناصر الغذائية	أدنى حد مطلوب من الكميات: الرضيع بدءًا من ميلاده وحتى 3 أشهر	الرضيع بدءًا من 4 أشهر وحتى 7 أشهر	الرضيع بدءًا من 8 أشهر وحتى أول سنة
الإفطار	**حليب الأم أو حليب الرضع البديل المدعم بالحديد**		6-4 أونصة سائلة	8-4 أونصة سائلة	8-6 أونصة سائلة
	الخضروات/الفواكه		0	0	4-1 ملاعق كبيرة
	حبوب الرضع المدعمة بالحديد		0	3-0 ملاعق كبيرة	4-2 ملاعق كبيرة
الوجبات الخفيفة	**حليب الأم أو حليب الرضع البديل المدعم بالحديد**		6-4 أونصة سائلة	6-4 أونصة سائلة	4-2 أونصة سائلة
	الخبز أو منتج الرقائق	الحبوب الكاملة أو الخبز المقوى	0	0	2/1-0 شريحة
		الحبوب الكاملة أو منتج الرقائق *أو*	0	0	2-0 رقاقتان
		بسكويت التسنين، بسكويت Arrowroot	0	0	2-0
الغداءأو العشاء	**حليب الأم أو غذاء الرضع البديل المدعم بالحديد**		6-4 أونصة سائلة	8-4 أونصة سائلة	8-6 أونصة سائلة
	الخضروات/الفواكه		0	3-0 ملاعق كبيرة	4-1 ملاعق كبيرة
	حبوب الرضع المدعمة بالحديد	حبوب الرضع *أو*	0	3-0 ملاعق كبيرة	4-2 ملاعق كبيرة
	و/أو اللحم/اللحم البديل	اللحوم الخالية من الدهون أو الدواجن أو الأسماك *أو*	0	0	4-1 ملاعق كبيرة
		صفار البيض *أو*	0	0	4-1 ملاعق كبيرة
		البازلاء أو العدس أو الفول الجاف المطبوخ *أو*	0	0	4-1 ملاعق كبيرة
		الجبن *أو*	0	0	2-2/1 أونصة سائلة
		جبن قريش	0	0	8-2 ملاعق كبيرة

قد يتم استعمال حليب الأم أو الحليب البديل أو أجزاء من كليهما، ولكن يُنصح باستخدام حليب الأم بدلاً من الحليب البديل بدءًا من ميلاد الرضيع وحتى السنة الأولى له.

للرضع الذين يتناولون حليب الأم ويستهلكون بانتظام أقل من الحد الأدنى لحليب الأم في كل رضعة، قد يتم توفير وجبة أقل من الحد الأدنى لحليب الأم طالما أن حليب الأم الإضافي يتم توفيره إذا ظل الرضيع جائعًا.

نظرًا لأن إدخال الأطعمة المتماسكة يخدم غرضًا مهمًا في النظام الغذائي اليومي للرضع، يتطلب الأمر وجود الأطعمة المتماسكة كجزء من وجبة معوِضة للرضع المؤهلين تنمويًا لتناول تلك الأطعمة، وينبغي دائمًا اتخاذ قرار إطعام الرضيع أطعمة معينة بالتشاور مع أحد والديه أو الوصي عليه.

بالنسبة للرضع الذين يتلقون الأطعمة المتماسكة، يقدم موفر الرعاية عنصرًا واحدًا على الأقل من الوجبة لتعويضه، وذلك من خلال الحليب البديل أو أحد العناصر الغذائية.

يمكن استبدال عصير الفاكهة الطبيعي بنسبة 100% بحليب الأم أو حليبالرضع البديل كوجبة خفيفة للرضع البالغين 8 أشهر أو أكثر، ويجب تقديم هذا العصير في كوب.

لا تقدم أكثر من كوب واحد من العصير في اليوم.

يمكن لموفر الرعاية المنزلي المختص بالرعاية النهارية والمؤهل التابع لبرنامج التغذية المعني برعاية الأطفال والكبار (CACFP) طلب الوجبات المقدمة لطفلهمعند تناول الطعام في حال حضور الأطفال المسجلين وغير المقيمين.

راجع مذكرة سياسة برنامج التغذية المعني برعاية الأطفال والكبار (CACFP) لوزارة الصحة رقم 120 الخاصة بمراكز الرعاية النهارية ومذكرة سياسة برنامج التغذية المعني برعاية الأطفال والكبار (CACFP) لوزارة الصحة رقم 171 الخاصة بمنازل الرعاية النهارية للحصول على مزيد من المعلومات.

راجع *التصديق على الأطعمة فيبرنامج التغذية المعني برعاية الأطفال والكبار* (CACFP) للحصول على المعلومات الخاصة بمكونات وجبات معينة.

وزارةالزراعة الأمريكية هي مزود ومستخدم يتيح تكافؤ الفرص