

Guía para comidas Reembolsables Servidas en NSD

El Distrito Escolar National se enorgullece de ofrecer desayuno y almuerzo gratis a todos los estudiantes todos los días escolares. Para poder hacer esto, debemos adherirnos cuidadosamente a las directrices del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) para comidas reembolsables. Un reembolso para una comida de estudiante está determinada por una fórmula federal que ayuda a cada distrito a determinar si reciben un reembolso monetario del Gobierno Federal y Estatal por cada comida dada a los estudiantes. Para poder obtener este reembolso, se deben seguir las pautas del USDA y del Departamento de Educación de California (CDE, por sus siglas en japonés), y el programa "Oferta contra Servicio". Los programas de almuerzo y desayuno son un poco diferentes, así que comencemos con el almuerzo.

Almuerzo

En el almuerzo, estamos obligados a ofrecer a los estudiantes cinco componentes con cada comida. Los estudiantes deben tomar tres de esos cinco componentes para que sean considerados como una comida reembolsable. Uno de estos componentes debe ser una porción de fruta o verdura para que la podamos contar como una comida reembolsable. Los cinco componentes ofrecidos son:

- Leche: Se deben ofrecer dos tipos. Puede ser 1% blanco o sin grasa y la selección también puede incluir sin grasa o 1% para la leche con sabor.
- Carne/Carne Alternativa: Carne, queso, requesón, yogur, frijoles/legumbres.
- Granos: La mitad de todos los granos servidos deben ser ricos en grano sano (WG). Los artículos incluyen pan, tortillas, cereales, maza de pizza, etc.
- Fruto: Los estudiantes deben tomar 1/2 taza de frutas o verduras con cada comida.
- Verduras: Los estudiantes deben tomar 1/2 taza de frutas o verduras con cada comida (hay un requisito para ciertas subcategorías de verduras que deben ser ofrecidas semanalmente de acuerdo a su color y contenido nutricional).

Grano y Carne/Equivalentes alternativos de carne:

- Cada elemento principal tiene un número de 0 a 2 asignado para la carne / carne alternativa y equivalentes de grano. Estos son utilizados para desarrollar un menú equilibrado. Esto tiene un impacto significativo en la forma en que se planifica un menú semanal.
- Existen diferentes requisitos para diferentes grupos de edad para determinar los componentes. Por ejemplo, a nivel de la Preparatoria, el requisito es ofrecer 10 equivalentes de grano cada semana. En la Escuela Secundaria el requisito es ofrecer 8 equivalentes de grano cada semana. En el nivel de Primaria, también estamos obligados a ofrecer 8 equivalentes de granos cada semana para un promedio de 1.6 por día.
- Para la carne/ alternativos de carne, estamos obligados a ofrecer un mínimo de 9 equivalentes por semana para un promedio de 1,8 por día.
- La mayoría de los elementos del menú seleccionados son 2/2 (dos equivalentes de cada uno de granos y alternativas de carne/carne).

Ejemplo 1 de un Almuerzo Reembolsable: El elemento principal que el estudiante selecciona es una Quesadilla de Queso hecha con una tortilla de harina WG. La quesadilla contiene el componente de grano y el componente alternativo de carne/carne. Los estudiantes también tendrían que tomar al menos 1/2 taza de fruta o verdura para que lo contemos como una comida reembolsable.

Ejemplo 2 de un Almuerzo Reembolsable: El elemento principal que el estudiante selecciona es un sándwich de pollo servido en un panecillo de WG. El sándwich contiene la porción alternativa de carne/carne y la porción de grano. Los estudiantes también tendrían que tomar por lo menos 1/2 taza de fruta o verdura para que lo contemos como una comida reembolsable.

En ambos ejemplos, los estudiantes también podrían tomar una leche, y/o una porción más grande de frutas y verduras, y/o jugo de fruta 100% si quieren una comida más grande. Sin embargo, estos artículos no son necesarios como parte de una comida reembolsable.

Desayuno

Desayuno está regulado de una forma un poco diferente. Hay tres componentes de comida (frutas, granos, leche) de los cuales se deben ofrecer al menos cuatro artículos de estos grupos. Siempre que también se ofrezca un grano, podrá utilizarse una alternativa de carne/carne para cumplir con el requisito de grano. Los estudiantes deben tomar tres artículos para tener una comida reembolsable.

En el desayuno estamos obligados a ofrecer cuatro artículos:

- 1 a 2 oz porciones equivalentes de grano de los cuales ofrecemos dos. Los estudiantes pueden seleccionar entre una selección de cereales fríos cada día o un plato principal caliente.
- 1/2 taza de porción de fruta y/o una porción de 1/2 taza de 100% de jugo
- Leche

Los estudiantes deben tomar una porción de fruta para ser contada como una comida reembolsable.

Ejemplo 1 de un desayuno reembolsable: pancakes de WG, una caja de leche y 1/2 taza de fruta.

Ejemplo 2 de un desayuno reembolsable: Cereal (contenedor de 1 oz.), una caja de leche y 1/2 taza de fruta.

Otra información

- Todo nuestro personal de cocina está capacitado para garantizar que cada bandeja tenga una comida reembolsable.
- Los estudiantes que terminan su comida pero todavía tienen hambre pueden volver a la barra de ensaladas para una segunda porción.

Otros Recursos

<https://www.cde.ca.gov/ls/nu/he/newfbmplunch.asp>

<https://www.cde.ca.gov/ls/nu/he/nfbmpbreakfast.asp>

<https://www.cde.ca.gov/ls/nu/sn/mbsnp202019.asp>

<https://schoolnutrition.org/AboutSchoolMeals/SchoolNutritionStandards/>