



# Modèl Manje pou Timoun

	ELEMEN KI NAN REPA YO	PWODWI ALIMANTÈ	KANTITE MINIMÒM OBLIGATWA			
			LAJ 1-2	LAJ 3-5	LAJ 6-18	
<b>MANJE MATEN</b>	<b>Lèt<sup>1</sup></b>	Lèt ki san grès oswa ki pa gen anpil grès (1%)	1/2 tas	3/4 tas	1 tas	
<i>Toulè 3 eleman sa yo dwe sèvi</i>	<b>Legim/Fwi<sup>2</sup></b>	Legim, Fwi oswa tou de oswa Ji 100%	1/4 tas	1/2 tas	1/2 tas	
	<b>Sereyal/Pen<sup>3,4,5,7</sup></b>	Pen, Pwodwi ki fèt ak pen, Pat alimantè, Sereyal, elatriye.	1/2 ons oswa ekivalan	1/2 ons oswa ekivalan	1/2 ons oswa ekivalan	
<b>TI GOUTE</b>	<b>Lèt</b>	Lèt ki san grès oswa ki pa gen anpil grès (1%)	1/2 tas	1/2 tas	1 tas	
<i>Chwazi 2 diferan eleman nan 5 sa ki nan lis la</i>	<b>Legim</b>	Legim oswa Ji 100%	1/2 tas	1/2 tas	3/4 tas	
	<b>Fwi</b>	Fwi oswa Ji 100%	1/2 tas	1/2 tas	3/4 tas	
	<b>Sereyal/Pen</b>	Pen, Pwodwi ki fèt ak pen, Pat alimantè, Sereyal, elatriye.	1/2 ons oswa ekivalan	1/2 ons oswa ekivalan	1 ons oswa ekivalan	
	<b>Vyann/Lèt pwodwi ki ranplase vyann (gade nan lis anba a)</b>	<i>Vyann mèg, Volay oswa Pwason oswa</i>		1/2 ons	1/2 ons	1 ons
		<i>Manba, Bè Ki Fèt ak Nwa ansanm ak Soya, lèt Bè Ki Fèt ak Nwa oswa ak Grenn oswa Pistach, Nwa oswa Grenn oswa</i>		1 Gwo Kiyè	1 Gwo Kiyè	2 Gwo Kiyè
	<i>Yogout</i>		1/2 ons	1/2 ons	1 ons	
			2 ons	2 ons	4 ons	
<b>MANJE MIDI OSWA SOUPE</b>	<b>Lèt</b>	Lèt ki san grès oswa ki pa gen anpil grès (1%)	1/2 tas	3/4 tas	1 tas	
<i>Yo dwe sèvi toulè 5 eleman sa yo</i>	<b>Legim</b>	Legim oswa Ji 100%	1/8 tas	1/4 tas	1/2 tas	
	<b>Fwi<sup>6</sup></b>	Fwi oswa Ji 100%	1/8 tas	1/4 tas	1/4 tas	
	<b>Sereyal/Pen</b>	Pen, Pwodwi ki fèt ak pen, Pat alimantè, Sereyal, elatriye.	Ekivalan 1/2 ons	Ekivalan 1/2 ons	Ekivalan 1 ons	
	<b>Vyann/Lèt pwodwi ki ranplase vyann</b>	<i>Vyann mèg, Volay oswa Pwason oswa</i>		1 ons	1 ons 1/2	2 ons
		<i>Tofou oswa</i>		1/4 tas	3/8 tas	1/2 tas
		<i>Fwomaj oswa</i>		1 ons	1 ons 1/2	2 ons
		<i>Yogout oswa</i>		4 ons	6 ons	8 ons
		<i>Fwomaj Kaye oswa</i>		2 ons	3 ons	4 ons
		<i>Pwa Sèch ki Kwit, Pwafrans oswa Lantiy oswa</i>		1/4 tas	3/8 tas	1/2 tas
		<i>Ze oswa</i>		1/2	3/4	1
<i>Manba, Bè Ki Fèt ak Nwa ansanm ak Soya, lèt Bè Ki Fèt ak Nwa oswa ak Grenn oswa</i>			2 Gwo Kiyè	3 Gwo Kiyè	4 Gwo Kiyè	
<i>Pistach, Nwa oswa Grenn</i>		1 ons	1 ons 1/2	2 ons		

<sup>1</sup> Lèt antye obligatwa pou timoun jiska 2 zan. Lèt san Gou obligatwa pou timoun ki poko gen 6 an.

<sup>2</sup> Pa ka sèvi plis pase yon pòsyon ji 100% pa jou.

<sup>3</sup> Nan lè manje maten an, yo ka sèvi vyann/lèt pwodwi ki ranplase vyann nan plas tout eleman sereyal jiska 3 fwa pa semèn. Lè w ap sèvi vyann/lèt pwodwi ki ranplase vyann, sèvi ak kantite ki nan lis pou ti goutte yo.

<sup>4</sup> Yo dwe sèvi omwen yon pòsyon sereyal/pen konplè epi ajoute 1 nan meni an chak jou.

<sup>5</sup> Yo itilize Ekivalan ons (Ounce Equivalents, oz. eq.) pou detèmine kantite grenn ki admisib. Pou plis enfòmasyon, gade nan *Manje ki Admisib nan Pwogram Alimantè pou Timoun ak Granmoun (Child and Adult Care Food Program, CACFP)*.

<sup>6</sup> Nan lè manje midi oswa soupe a, yo ka sèvi yon legim ak yon fwi oswa de (2) legim diferan.

<sup>7</sup> Etablisman k ap sèvi prensipalman patisipan Endyen Ameriken oswa Natif Alaska yo ka ranplase legim pou satisfè egzijans sereyal yo.