

ESCUELA PRIMARIA – RESTRICCIONES DE ALIMENTOS

Referencias: *Código de Educación* secciones 49430, 49431, 49431.7; *Código de Reglamentos de California* secciones 15575, 15577, 15578; *Código de Reglamentos Federales* secciones 210.11, 220.12

Una **escuela primaria** no contiene grados superiores al 6° grado.

Efectivo desde la medianoche hasta media hora después de clases.

Aplica a TODO alimento vendido a alumnos por cualquier entidad.

Vendido significa el intercambio de alimentos por dinero, cupones, vales o formularios de órdenes, cuando cualquier parte del intercambio se lleva a cabo dentro de un plantel escolar.

Alimentos en conformidad:

1. DEBEN satisfacer lo siguiente:
 - a. ≤ 35% de calorías de grasa (excepto nueces, mantequilla de nuez, semillas, queso con grasa reducida, combinaciones de frutas secas+nueces/semillas sin grasa/azúcar agregada, fruta, verduras no fritas) **y**
 - b. < 10% de calorías de grasa saturada (excepto queso con grasa reducida, combinaciones de frutas secas+nueces/semillas sin grasa/azúcar agregada) **y**
 - c. ≤ 35% de azúcar por peso (excepto fruta*, verduras no fritas, combinaciones de frutas secas+nueces/semillas sin grasa/azúcar agregada) **y**
 - d. < 0.5 gramos de grasa trans por porción (sin excepciones) **y**
 - e. ≤ 230 miligramos de sodio (sin excepciones) **y**
 - f. ≤ 175 calorías por artículo/recipiente (sin excepciones)

Y

2. DEBE satisfacer **UNO** de los siguientes:
 - a. Frutas
 - b. Verduras no fritas
 - c. Lácteos
 - d. Nueces, Semillas, Legumbres, Huevos, Queso (alimentos con proteína permitidos)
 - e. Artículo con granos enteros**

Si los alimentos exentos están combinados con alimentos no exentos o se les agrega grasa/azúcar, deben satisfacer TODOS los estándares de nutrientes antedichos.

* Arándanos azules, arándanos, cerezas y frutas tropicales secos y dátiles o higos picados que contengan azúcar agregada están exentos de los estándares de grasa y azúcar. Sólo fruta enlatada en 100% jugo.

** Un artículo de grano entero contiene:

- a. La declaración "Dietas ricas en alimentos con granos enteros... y bajas en el total de grasas... pueden ayudar a reducir el riesgo de enfermedades del corazón..." **o**
- b. Un grano entero como su primer ingrediente **o**
- c. Una combinación de ingredientes de granos enteros que forman por lo menos el 51% del peso total de granos (el fabricante lo debe verificar) **o**
- d. Por lo menos el 51% de granos enteros por peso.

Los alimentos que no estén en conformidad pueden ser vendidos de media hora después de clases hasta la medianoche.

CONSULTE A LA POLÍTICA DE BIENESTAR DE SU DISTRITO PARA LAS REGLAS MÁS ESTRUCTAS.

Los grupos o individuos que vendan alimentos/bebidas a los alumnos deben mantener sus propios registros como comprobante de su conformidad.

ESCUELA PRIMARIA – RESTRICCIONES DE BEBIDAS

Referencias: *Código de Educación* sección 49431.5, *Código de Reglamentos de California* sección 15576, *Código de Reglamentos Federales* secciones 210.10, 210.11, 220.8, 220.12

Una **escuela primaria** no contiene grados superiores al 6° grado.

Efectivo desde la medianoche hasta media hora después de clases.

Aplica a TODA bebida vendida a alumnos por cualquier entidad.

Vendido significa el intercambio de alimentos por dinero, cupones, vales o formularios de órdenes, cuando cualquier parte del intercambio se lleva a cabo dentro de un plantel escolar.

Una bebida en conformidad debe estar identificada como una fruta y/o jugo de verdura, leche, leche no láctea, o agua Y satisfacer todos los estándares bajo esa categoría específica.

Bebidas en conformidad:

1. Jugo de frutas o verduras:
 - a. ≥ 50% de jugo **y**
 - b. Ningún edulcorante agregado
 - c. Porción de ≤ 8 fl. oz.
2. Leche:
 - a. Leche de vaca o de cabra **y**
 - b. 1% (sin sabor), descremada (de sabor, sin sabor) **y**
 - c. Contiene las vitaminas A y D **y**
 - d. ≥ 25% del Valor Diario de calcio por 8 fl. oz **y**
 - e. ≤ 28 gramos de azúcar total por 8 fl. oz.
 - f. Porción de ≤ 8 fl. oz.
3. Leche no láctea:
 - a. Nutritivamente equivalente a la leche (consulte a 7 CFR 210.10(d)(3), 220.8(i)(3)), por 8 fl. oz., debe contener:
 - ≥ 276 mg calcio
 - ≥ 8 g proteína
 - ≥ 500 IU Vit A
 - ≥ 100 IU Vit D
 - ≥ 24 mg magnesio
 - ≥ 222 mg fósforo
 - ≥ 349 mg potasio
 - ≥ 0.44 mg riboflavina
 - ≥ 1.1 mcg Vit B12 **y**
 - b. ≤ 28 gramos de azúcar total por 8 fl. oz **y**
 - c. ≤ 5 gramos de grasa por 8 fl. oz.
 - d. Porción de ≤ 8 fl. oz.
4. Agua:
 - a. Sin edulcorantes agregados
 - b. Sin tamaño de porción

Las bebidas que no estén en conformidad pueden ser vendidas de media hora después de clases hasta la medianoche.

ESCUELA PRIMARIA – ORGANIZACIONES ESTUDIANTILES

Referencia: *Código de Reglamentos de California* sección 15500

Efectivo durante las horas de clases.

Aplica a ventas de alimentos y bebidas por parte de organizaciones estudiantiles.

Las ventas de organizaciones estudiantiles deben satisfacer **todo** los siguiente:

1. Sólo **un artículo de alimento o bebida** por venta.
2. El artículo de alimento o bebida debe ser **pre aprobado** por la **mesa gubernativa** del distrito escolar.
3. La venta se debe llevar a cabo **después de haber terminado el periodo del almuerzo**.
4. El artículo de alimento o bebida **no puede ser preparado dentro del plantel**.
5. A cada escuela se le permite **cuatro ventas** al año.
6. El alimento o la bebida no puede ser el mismo artículo **que esté siendo vendido por el programa de servicios alimenticios** en esa escuela durante el mismo día de clases.

ESCUELA INTERMEDIA/PREPARATORIA – RESTRICCIONES DE ALIMENTOS

Referencias: *Código de Educación* secciones 49430, 49431.2, 49431.7, *Código de Reglamentos de California* secciones 15575, 15577, 15578, *Código de Reglamentos Federales* secciones 210.11, 220.12

Una **escuela intermedia/secundaria** contiene 7° u 8°, 7° a 9°, 7° a 10° grado.

Una **escuela preparatoria** contiene cualquiera grado de 10° a 12°.

Efectivo desde la medianoche hasta media hora después de clases.

Aplica a TODO alimento vendido a alumnos por cualquier entidad.

Vendido significa el intercambio de alimentos por dinero, cupones, vales o formularios de órdenes, cuando cualquier parte del intercambio se lleva a cabo dentro de un plantel escolar.

Alimentos en conformidad:

1. Los artículos de “**botana**” deben contener:
 - a. ≤ 35% de calorías de grasa (excepto nueces, mantequilla de nuez, semillas, queso con grasa reducida, combinaciones de frutas secas+nueces/semillas) **y**
 - b. < 10% de calorías de grasa saturada (excepto queso con grasa reducida, combinaciones de frutas secas+nueces/semillas) **y**
 - c. ≤ 35% de azúcar por peso (excepto fruta*, verduras no fritas, combinaciones de frutas secas+nueces/semillas) **y**
 - d. < 0.5 gramos de grasa trans por porción (sin excepciones) **y**
 - e. ≤ 230 miligramos de sodio (sin excepciones) **y**
 - f. ≤ 200 calorías por artículo/recipiente (sin excepciones)

Y deben satisfacer uno de los siguientes

- g. Ser un artículo de fruta, verdura, lácteo, proteína o grano entero** (o tener uno de estos como primer ingrediente) **o**
 - h. Contener ≥ 10% DV de calcio o potasio o Vitamina D o fibra alimenticia (criterios aplicables hasta el 6/30/16) **o**
 - i. Ser una combinación de alimentos que contenga por lo menos ¼ de taza de fruta o verdura.
2. Los artículos de “**plato principal**” deben contener :
 - a. Carne/alternativa a la carne y comida rica en granos enteros; **o**
 - b. Carne/alternativa a la carne y fruta o verdura no frita; **o**
 - c. Carne/alternativa a la carne sola (no puede ser yogurt, queso, nueces, semillas o botanas de carne = éstas se consideran “botanas”),

Y

Un plato principal individual que sea vendido por el Distrito/los Servicios Alimenticios Escolares ese día o el día después de aparecer en el menú del programa de alimentos reembolsables debe contener:

- a. ≤ 400 calorías **y**
- b. ≤ 4 gramos de grasa por 100 calorías
- c. < 0.5 gramos de grasa trans por porción

Un plato principal que sea vendido por los Servicios Alimenticios si no se encuentra en el menú ese día o el día después o cualquier otra entidad (PTA, organización estudiantil, etc.) debe contener:

- a. ≤ 35% calorías de grasa **y**
- b. < 10% calorías de grasa saturada **y**
- c. ≤ 35% azúcar por peso **y**
- d. < 0.5 gramos de grasa trans por porción **y**
- e. ≤ 480 miligramos de sodio **y**
- f. ≤ 350 calorías

Y debe satisfacer uno de los siguientes

- g. Un artículo de fruta, verdura, lácteo, proteína o granos enteros (o tener uno de estos como el primer ingrediente) **o**
- h. Contener ≥ 10% DV de calcio o potasio o Vitamin D o fibra alimenticia (criterios aplicables hasta el 6/30/16) **o**
- i. Ser una combinación de alimentos que contenga por lo menos ¼ de taza de fruta o verdura

Si los alimentos exentos están combinados con alimentos no exentos o se les agrega grasa/azúcar, deben satisfacer TODOS los estándares de nutrientes antedichos.

* Arándanos azules, arándanos, cerezas y frutas tropicales secos y dátiles o higos picados que contengan azúcar agregada están exentos de los estándares de grasa y azúcar. Sólo fruta enlatada en 100% jugo.

** Un artículo de grano entero contiene :

- a. La declaración “Diets ricas en alimentos con granos enteros... y bajas en el total de grasas... pueden ayudar a reducir el riesgo de enfermedades del corazón...” **o**
- b. Un grano entero como su primer ingrediente **o**
- c. Una combinación de ingredientes de granos enteros que forman por lo menos el 51% del peso total de granos (el fabricante lo debe verificar) **o**
- d. Por lo menos el 51% de granos enteros por peso.

Los alimentos que no estén en conformidad pueden ser vendidos de media hora después de clases hasta la medianoche.

CONSULTE A LA POLÍTICA DE BIENESTAR DE SU DISTRITO PARA LAS REGLAS MÁS ESTRUCTAS.

Los grupos o individuos que vendan alimentos/bebidas a los alumnos deben mantener sus propios registros como comprobante de su conformidad.

TARJETAS DE REFERENCIA – ESCUELA INTERMEDIA/PREPARATORIA

ESCUELA INTERMEDIA/PREPARATORIA – RESTRICCIONES DE BEBIDAS

Referencias: *Código de Educación* sección 49431.5, *Código de Reglamentos de California* sección 15576, *Código de Reglamentos Federales* secciones 210.10, 210.11, 220.8, 220.12

Una **escuela intermedia/secundaria** contiene 7° u 8°, 7° a 9°, 7° a 10° grado.

Una **escuela preparatoria** contiene cualquiera grado de 10° a 12°.

Efectivo desde la medianoche hasta media hora después de clases .

Aplica a TODO alimento vendido a alumnos por cualquier entidad .

Vendido significa el intercambio de alimentos por dinero, cupones, vales o formularios de órdenes, cuando cualquier parte del intercambio se lleva a cabo dentro de un plantel escolar.

Una bebida en conformidad debe estar identificada como una fruta y/o jugo de verdura, leche, leche no láctea, agua, o bebida deportiva/bebida de reemplazo de electrolitos Y satisfacer todos los estándares bajo esa categoría específica.

Bebidas en conformidad:

1. Jugo de frutas o verduras:
 - a. ≥ 50% de jugo **y**
 - b. Ningún edulcorante agregado
 - c. Porción de ≤ 12 fl. oz.
2. Leche:
 - a. Leche de vaca o de cabra **y**
 - b. 1% (sin sabor), descremada (de sabor, sin sabor) **y**
 - c. Contiene las vitaminas A y D **y**
 - d. ≥ 25% del Valor Diario de calcio por 8 fl. oz. **y**
 - e. ≤ 28 gramos de azúcar total por 8 fl. oz.
 - f. Porción de ≤ 12 fl. oz.
3. Leche no láctea:
 - a. Nutritivamente equivalente a la leche (consulte a 7 CFR 210.10(d)(3), 220.8(i)(3)) **y**
 - b. ≤ 28 gramos de azúcar total por 8 fl. oz **y**
 - c. ≤ 5 gramos de grasa por 8 fl. oz.
 - d. Porción de ≤ 12 fl. oz.
4. Agua:
 - a. Sin edulcorantes agregados
 - b. Sin tamaño de porción
5. Bebidas de Reemplazamiento de Electrolitos Sin Calorías (**PROHIBIDAS EN LAS ESCUELAS INTERMEDIAS**)
 - a. Agua como primer ingrediente
 - b. ≤ 16.8 gramos de edulcorante agregado/8 fl. oz.
 - c. ≤ 5 calorías/8 fl. oz. (o ≤ 10 cal/20 fl. oz.)
 - d. 10-150 mg Na+/8 fl. oz.
 - e. 10-90 mg K+/8 fl. oz.
 - f. Nada de cafeína agregada
 - g. Porción de ≤ 20 fl. oz.
6. Bebidas de Reemplazamiento de Electrolitos Bajas en Calorías (**PROHIBIDAS EN LAS ESCUELAS INTERMEDIAS**)
 - a. Agua como primer ingrediente
 - b. ≤ 16.8 gramos de edulcorante agregado /8 fl. oz.
 - c. ≤ 40 calorías/8 fl. oz.
 - d. 10-150 mg Na+/8 fl. oz.
 - e. 10-90 mg K+/8 fl. oz.
 - f. Nada de cafeína agregada
 - g. Porción de ≤ 12 fl. oz.

Las bebidas que no estén en conformidad pueden ser vendidas de media hora después de clases hasta la medianoche.

ESCUELA INTERMEDIA/PREPARATORIA – ORGANIZACIONES ESTUDIANTILES

Referencia: *Código de Reglamentos de California* sección 15501

Efectivo durante o después de las horas de clases.

Aplica SÓLO a ventas de alimentos y bebidas por parte de organizaciones estudiantiles.

1. Hasta **tres categorías** de alimentos o bebidas *pueden* ser vendidas cada día (Ej.: frituras, sándwiches, jugos, etc.).
2. El artículo de alimento o bebida debe ser **pre aprobado** por la mesa gubernativa del distrito escolar.
3. Sólo se *puede* permitir que **una organización estudiantil** venda cada día.
4. Los alimentos o bebidas **no pueden** ser **preparados dentro del plantel**.
5. Las categorías de alimentos o bebidas que se vendan **no pueden** ser las mismas categorías que **venda el programa de servicios alimenticios** en esa escuela durante el mismo día de clases
6. Además de una venta cada día por organización estudiantil, cualquier y **todas las organizaciones estudiantiles** pueden vender **durante los mimos cuatro días designados** al año. La administración escolar puede fijar estas fechas.