



Tipos de cereales

(Cereal Types)

Hojuelas, copos, cereal inflado o granola

El patrón de comidas del Programa de alimentos para niños y adultos (Child and Adult Food Program, CACFP) categoriza los cereales para el desayuno listos para comer (secos, fríos) como hojuelas, copos, cereal inflado y granola. Los tamaños mínimos de la porción en el Patrón de comida de CACFP son diferentes según la categoría de cereales.

La siguiente es una lista de cereales categorizados como hojuelas, copos, cereal inflado o granola y las cantidades que deben servirse. Consulte la [Guía de referencia de CACFP](#) para la lista de cereales aprobados por WIC de WI, incluidos los sabores adicionales de cereal que se enumeran abajo y aquellos que son ricos en granos enteros.

	Cereales	1 a 5 años de edad	6 a 18 años de edad
		Servir al menos 1/2 oz eq, lo que es igual a...	Servir al menos 1 oz eq, lo que es igual a...
Hojuelas	<ul style="list-style-type: none"> • Bran Flakes • Corn Flakes • Fiber One • Grape Nuts Flakes • Great Grains Banana Nut • Honey Bunches of Oats • Mini Spooners • Mini Wheats • Oatmeal Squares • Shredded Wheat • Special K • Total • Wheaties 	1/2 taza	1 taza
Círculos	<ul style="list-style-type: none"> • Cheerios • Crispy Oats • Tosteos • Toasted Oats 	1/2 taza	1 taza
Cereal inflado	<ul style="list-style-type: none"> • Chex Cereal (maíz, arroz, trigo) • Crispix • Crispy Rice • Kix • Life • Rice Krispies 	3/4 taza	1 ¼ taza
Granola	<ul style="list-style-type: none"> • Granola • Grape Nuts Original 	1/8 taza	1/4 taza