



유아식 패턴

	식품 성분	품목	최소 요구량	
			생후 5개월	6개월-만 1세
아침	모유 또는 분유	모유 또는 철분 강화 분유	4-6액량 온스	6-8액량 온스
	야채/과일	야채, 과일 또는 둘 다	0	0-2큰술
	유아용 시리얼 ¹ 및/또는 육류/육류 대체품	철분 강화 유아용 시리얼 또는	0	0-1/2온스 동등
		살코기, 생선, 가금류 또는	0	0-4큰술
		전란 또는	0	0-4큰술
		조린 말린콩, 완두콩 또는 렌틸콩 또는	0	0-4큰술
		치즈 또는	0	0-2온스
		코티지 치즈 또는	0	0-8큰술
		요거트	0	0-4온스
간식	모유 또는 분유	모유 또는 철분 강화 분유	4-6액량 온스	2-4액량 온스
	야채/과일	야채, 과일 또는 둘 다	0	0-2큰술
	곡물/빵	철분 강화 유아용 시리얼 또는 빵 또는	0	0-1/2온스 동등
		크래커 또는 바로 먹을 수 있는 아침 시리얼	0	0-1/4온스 동등
점심 또는 저녁	모유 또는 분유	모유 또는 철분 강화 분유	4-6액량 온스	6-8액량 온스
	야채/과일	야채, 과일 또는 둘 다	0	0-2큰술
	유아용 시리얼 및/또는 육류/육류 대체품	철분 강화 유아용 시리얼 또는	0	0-1/2온스 동등
		살코기, 생선, 가금류 또는	0	0-4큰술
		전란 또는	0	0-4큰술
		조린 말린콩, 완두콩 또는 렌틸콩 또는	0	0-4큰술
		치즈 또는	0	0-2온스
		코티지 치즈 또는	0	0-8큰술
		요거트	0	0-4온스

¹ 온스 당량(oz. eq.)은 신용할 수 있는 곡물의 양을 결정하는 데 사용됩니다. 철분이 강화된 유아용 시리얼의 경우 1/2온스 동등은 건조 상태에서 약 4큰술입니다. 다른 곡물에 대해서는 CACFP의 식품 신용 평가를 참조하십시오. 고형식은 유아가 성장 발달적으로 섭취할 준비가 되었을 때만 필요합니다. 특정 식품을 먹이기로 하는 결정은 항상 해당 유아의 부모 또는 보호자와 상의하여 이루어져야 합니다.