

Crediting Single-Serving Packages of Grains in the Child and Adult Care Food Program

Child and Adult Care Food Program (CACFP) operators may serve single-serving or snack-sized packages of grain items, such as breakfast cereals or whole grain crackers to meet grains requirements at snacks and meals.

In the CACFP, the minimum required amounts for grains are listed in the meal pattern as ounce equivalents (oz eq). Ounce equivalents tell you the amount of grains in a portion of food.



How Much is 1 Ounce Equivalent?

0.8 ounce (22 grams)
of **Cheese Crackers**



= 1 oz eq of grains

1 ounce (28 grams)
of **Toasted O's Cereal**



= 1 oz eq of grains

2 ounces (55 grams)
of **Blueberry Muffin**




= 1 oz eq of grains

Using the Grains Measuring Chart for Single-Serving Packages

To see how many single-serving packages of grains are needed to meet CACFP meal pattern requirements, follow the steps below:

- 1 Look at the Grains Measuring Chart for Single-Serving Packages on pages 2-3 and find the item you are serving under the "Grain Item and Package Weight" column. Grain items are listed in alphabetical order. If the item is not listed, see "What If My Grain is Different?" on page 5.
- 2 Each item on the chart lists a minimum package weight by the name of the item. Look at the package you are serving and find its weight listed on the Nutrition Facts label or on the front of the package. Check that the package weighs the same as, or more than, the weight listed on the chart (see page 4).
- 3 Look at the chart and find the column for the age group of your participants and the meal or snack you are serving. This column lists the number of packages you need to serve to meet the CACFP meal pattern requirement for grains. You may serve more than this amount.

Grains Measuring Chart for Single-Serving Packages			
Grain Item and Package Weight*	Child and Adult Care Food Program Age Group and Meal		
	1- through 5-year-olds at Breakfast, Lunch, Supper, Snack	6- through 18-year-olds at Breakfast, Lunch, Supper, Snack Adults at Snack	Adults at Breakfast, Lunch, Supper
	Serve at Least ½ oz eq, which equals about...	Serve at Least 1 oz eq, which equals about...	Serve at Least 2 oz eq, which equals about...
 <p>Bagel Chips at least 28 grams or 1 ounce</p>	½ package	1 package	2 packages
Cereal, Ready-to-Eat, All Types** at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages
Corn Chips at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages

*Check that the package you want to serve weighs this amount, or more. See "Finding the Weight of Single-Serving Packages" on page 4 for more information.

**Must contain 6 grams of sugar or less per dry ounce.

All grains served in the CACFP must be whole grain-rich, enriched, or fortified.

Grains Measuring Chart for Single-Serving Packages

Grain Item and Package Weight*	Child and Adult Care Food Program Age Group and Meal		
	1- through 5-year-olds at Breakfast, Lunch, Supper, Snack	6- through 18-year-olds at Breakfast, Lunch, Supper, Snack Adults at Snack	Adults at Breakfast, Lunch, Supper
	Serve at Least ½ oz eq , which equals about...	Serve at Least 1 oz eq , which equals about...	Serve at Least 2 oz eq , which equals about...
Crackers, Savory (e.g., cheese, saltines, whole-wheat, etc.) at least 22 grams or 0.8 ounces	½ package	1 package	2 packages
Crackers, Sweet (e.g., animal, graham, etc.) at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages
Croissant at least 34 grams or 1.2 ounces	½ package	1 package	2 packages
Grits, Dry at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages
Muffin, All Types (except corn) at least 55 grams or 2 ounces	½ package	1 package	2 packages
Muffin, Corn at least 34 grams or 1.2 ounces	½ package	1 package	2 packages
Oatmeal, Dry (unflavored or flavored)** at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages
Pita Chips at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages
Pretzels, Hard*** at least 22 grams or 0.8 ounces	½ package	1 package	2 packages
Popcorn*** at least 14 grams or 0.5 ounce	1 package	2 packages	4 packages
Rice Cakes at least 22 grams or 0.8 ounces	½ package	1 package	2 packages
Tortilla Chips at least 28 grams or 1 ounce	½ package	1 package	2 packages

*Check that the package you want to serve weighs this amount, or more. See “Finding the Weight of Single-Serving Packages” on page 4 for more information.

**Must contain 6 grams of sugar or less per dry ounce.

***Choking hazard for children under the age of 4.

All grains served in the CACFP must be whole grain-rich, enriched, or fortified.

Finding the Weight of Single-Serving Packages

All items in the Grains Measuring Chart list weights by the name of the item. Follow the steps below to see if the package of grains you want to serve meets the minimum weight listed in the chart.

1. Find the grain item and the package weight in the Grains Measuring Chart.

For example, a package of hard pretzels must weigh at least 22 grams or 0.8 ounces.

Grain Item and Package Weight*	Child and Adult Care Food Program Age Group and Meal		
	1- through 5-year-olds at Breakfast, Lunch, Supper, Snack	6- through 18-year-olds at Breakfast, Lunch, Supper, Snack Adults at Snack	Adults at Breakfast, Lunch, Supper
	Serve at Least ½ oz eq, which equals about...	Serve at Least 1 oz eq, which equals about...	Serve at Least 2 oz eq, which equals about...
Pretzel, Hard at least 22 grams or 0.8 ounces	½ package	1 package	2 packages

2. Look at the Nutrition Facts label of the item you are serving. Find the serving size and make sure that it is listed as "1 package" or other similar wording. If the serving size is not listed as 1 package, look for the weight of one package on the front of the package, as shown in the picture below. If the weight of one package is shown on the front of the package, go to Step 4. If the serving size is not 1 package, and the weight of the package is not on the front of the package, see "What If My Grain Is Different?" on page 5.

3. Find the weight of one package. In this example, one package of **Brand P Hard Pretzels** weighs 28 grams.



If the weight of one package is not written on the Nutrition Facts label, look for the weight on the front of the package.

4. Compare the weight of one package to the weight listed in the Grains Measuring Chart. Is this package weight the same as, or heavier than, the weight listed in the Grains Measuring Chart?

Yes: Use the Grains Measuring Chart to see how many packages you need to serve to meet CACFP meal pattern requirements.

In this example, a package of hard pretzels must weigh at least 22 grams or 0.8 ounces to use the Grains Measuring Chart. Because 1 package of Brand P hard pretzels weighs 28 grams, you may use the row for "Pretzels, Hard" in the chart to see how many packages of Brand P hard pretzels are needed to meet CACFP meal pattern requirements.

No: Use another method to determine how many packages you need to serve to meet CACFP meal pattern requirements. See "What if My Grain Is Different?" on page 5.

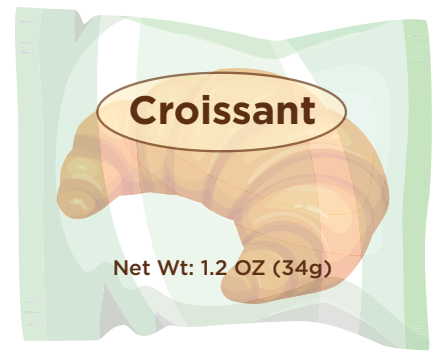
What If My Grain Is Different?

If the package of grains you are serving:

- is lighter in weight than the item listed in the Grains Measuring Chart, or
- does not list the weight of one package, or
- is not listed on the Grains Measuring Chart,

you will need to use another method to determine how many packages are needed to meet CACFP meal pattern requirements. To do this, you could:

- Use the “Food Buying Guide for Child Nutrition Programs (FBG) Exhibit A Grains Tool” available at foodbuyingguide.fns.usda.gov.
- Use Team Nutrition’s “Calculating Ounce Equivalents for Grains in the CACFP” worksheet available at TeamNutrition.USDA.gov.
- Contact your State agency or sponsoring organization for assistance.



Are There Other Menu Planning Considerations?

If you serve a package that weighs more than what is listed on the Grains Measuring Chart, then you might serve more grains than required by the CACFP meal pattern. The serving amounts listed in the meal pattern are minimums, so you are allowed to serve more than that amount. However, the tools described under “What If My Grain Is Different?” can also help you determine how much of an item is needed to meet the meal pattern requirements without serving more than what is required. Work with your vendors to purchase single-serving packages of grains that provide the right amount for your participants.

Answer Key:

See “Try It Out!” practice questions on page 6.

1. You should serve each child at least half (1/2) of a corn muffin. Because each corn muffin weighs 1.2 ounces (34 grams), you may use the row for “Muffin, Corn” in the Grains Measuring Chart (Page 3) to see how many muffins to serve each child.
2. You should serve each participant 2 boxes of Brand B bran flakes cereal. Because one box of this cereal weighs 1 ounce, you may use the row for “Cereal, Ready-to-Eat, All Types” in the Grains Measuring Chart (Page 2) to see how many boxes to serve each participant. You may also serve each participant 1 box of Brand B bran flakes, and serve 1 oz eq of another grain item.
3. No, you should not use the Grains Measuring Chart to see how many bags of Brand S savory crackers to serve. A package of savory crackers must weigh at least 0.8 ounces or 22 grams in order to use the chart. One bag of Brand S savory crackers weighs 0.75 ounces. Because 0.75 ounces is less than 0.8 ounces, you must use another method to see how many packages of Brand S savory crackers to serve.

Try It Out!

Use the information in this worksheet to answer the questions below.
See page 5 for the Answer Key.

1 You want to serve individually wrapped corn muffins at lunch to 3-year-olds. Each corn muffin weighs 1.2 ounces (34 grams). How many corn muffins should you serve each child to meet the minimum amount of grains required at lunch in the CACFP?

2 Your adult day care wants to offer single-serving boxes of ready-to-eat cereal at breakfast. One box of Brand B bran flakes weighs 1 ounce (28 grams). How many boxes of bran flakes should you serve each participant to meet the minimum amount of grains required at breakfast?

3 Your at-risk afterschool program wants to serve single-serving bags of Brand S savory crackers at snack to 10-year-olds. One single-serving bag of Brand S savory crackers weighs 0.75 ounces (21 grams). Should you use the Grains Measuring Chart to determine how many bags of Brand S savory crackers to serve? Why or why not?

Cómo acreditar paquetes individuales de granos en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos

Los operadores del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés) pueden servir alimentos de granos en paquetes individuales o en porciones pequeñas para cumplir con los requisitos de granos en las meriendas (refrigerios) y en las comidas, tales como cereales para el desayuno o galletas *crackers* de grano integral.

En el patrón de comidas del CACFP, las cantidades mínimas requeridas de granos se conocen como onzas equivalentes (oz eq). Las onzas equivalentes indican la cantidad de granos que hay en una porción de alimentos.



¿Cuánta cantidad hay en 1 onza equivalente?

0.8 onza (22 gramos)
de **galletas *crackers***
de queso



= 1 oz eq de granos

1 onza (28 gramos)
de **cereal tostado en**
forma de "O"



= 1 oz eq de granos

2 onzas (55 gramos)
de **muffin de arándanos**
azules




= 1 oz eq de granos

Uso de la Tabla de medidas de granos para paquetes individuales

Siga los pasos a continuación, para ver cuántos paquetes individuales de granos se necesitan para cumplir con los requisitos del patrón de comidas del CACFP:

- 1 Mire la Tabla de medida de granos para paquetes individuales en las páginas 2-3 y encuentre el grano que desea servir en la columna de "Alimento de grano y peso del paquete". Los alimentos de granos se enumeran en orden alfabético. Si el alimento no aparece en la lista, consulte "¿Qué pasa si mi grano es diferente?" en la página 5.
- 2 Cada alimento en la tabla indica un peso mínimo del paquete al lado del nombre del alimento. Mire el paquete que desea servir y busque su peso en la etiqueta de Información Nutricional o en la parte de adelante del paquete. Verifique que el paquete pese lo mismo o más que el peso que indica la tabla (vea la página 4).
- 3 Mire la tabla y encuentre la columna para el grupo de edad de sus participantes y la comida o merienda (refrigerio) que está sirviendo. Esta columna enumera la cantidad de paquetes que deberá servir para cumplir con el requisito de granos del patrón de comidas del CACFP. Usted puede servir más de esta cantidad.

Tabla de medida de granos para paquetes individuales			
Alimento de grano y peso del paquete*	Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos		
	Grupo de edad y comida		
	1 a 5 años de edad en el desayuno, almuerzo, cena, merienda o refrigerio	6 a 18 años de edad en el desayuno, almuerzo, cena, merienda o refrigerio Adultos en la merienda o refrigerio	Adultos en el desayuno, almuerzo y cena
	Sirva al menos ½ oz eq, que es alrededor de...	Sirva al menos 1 oz eq, que es alrededor de...	Sirva al menos 2 oz eq, que es alrededor de...
Avena, seca (sin sabor o con sabor añadido)** al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Cereales, listos para comer, todos los tipos** , al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Chips de bagel al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes

*Verifique si el paquete que desea servir pesa esta cantidad o más. Consulte "Cómo encontrar el peso de los paquetes individuales" en la página 4 para más información.

**Debe tener no más de 6 gramos de azúcar por onza seca.

Todos los granos que se sirven en el CACFP deben ser ricos en grano integral, enriquecidos o fortificados.

Tabla de medida de granos para paquetes individuales

Alimento de grano y peso del paquete*	Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos Grupo de edad y comida		
	1 a 5 años de edad en el desayuno, almuerzo, cena, merienda o refrigerio	6 a 18 años de edad en el desayuno, almuerzo, cena, merienda o refrigerio Adultos en la merienda o refrigerio	Adultos en el desayuno, almuerzo y cena
	Sirva al menos ½ oz eq, que es alrededor de...	Sirva al menos 1 oz eq, que es alrededor de...	Sirva al menos 2 oz eq, que es alrededor de...
 Chips de pita al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Chips de maíz al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Chips de tortilla, al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Galletas crackers, dulces (por ejemplo, forma de <i>animal</i> , <i>graham</i> , etc.) al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Galletas crackers, saladas (por ejemplo, de queso, saltinas, trigo integral, etc.) al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Galleta de arroz (rice cakes) al menos 22 gramos o 0.8 onzas	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Muffin de maíz al menos 34 gramos o 1.2 onzas	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Muffin, todo tipo (excepto maíz) al menos 55 gramos o 2 onzas	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Palomitas de maíz*** al menos 14 gramos o 0.5 onzas	1 paquete	2 paquete	4 paquetes
Pan croissant al menos 34 gramos o 1.2 onzas	½ paquete	1 paquetes	2 paquetes
Pretzels, duros*** al menos 22 gramos o 0.8 onzas	½ paquete	1 paquete	2 paquetes
Sémola de maíz, seca al menos 28 gramos o 1 onza	½ paquete	1 paquete	2 paquetes

*Verifique si el paquete que desea servir pesa esta cantidad o más. Consulte "Cómo encontrar el peso de los paquetes individuales" en la página 4 para más información.

**Debe tener no más 6 gramos de azúcar por onza seca.

***Riesgo de atragantamiento para niños menores de 4 años.

Todos los granos que se sirven en el CACFP deben ser ricos en grano integral, enriquecidos o fortificados.

Cómo encontrar el peso de los paquetes individuales

Todos los alimentos en la Tabla de medidas de granos indican los pesos por el nombre del alimento. Siga los pasos a continuación para ver si el paquete de granos que desea servir cumple con el peso mínimo indicado en la tabla.

- Encuentre el alimento de grano y el peso del paquete en la Tabla de medidas de granos. Por ejemplo, un paquete de *pretzels* duros debe pesar al menos 22 gramos o 0.8 onzas.

Alimento de grano y peso del paquete*	Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos Grupo de edad y comida		
	1 a 5 años de edad en el desayuno, almuerzo, cena, merienda o refrigerio	6 a 18 años de edad en el desayuno, almuerzo, cena, merienda o refrigerio Adultos en la merienda o refrigerio	Adultos en el desayuno, almuerzo y cena
	Sirva al menos ½ oz eq, que es alrededor de...	Sirva al menos 1 oz eq, que es alrededor de...	Sirva al menos 2 oz eq, que es alrededor de...
Pretzels, duros al menos 22 gramos o 0.8 onzas	½ paquete	1 paquete	2 paquetes

Pretzels duros marca P

Nutrition Facts	
1 Serving Per Container	
Serving Size	1 package (28g)



- Mire la etiqueta de Información Nutricional del alimento que está sirviendo. Encuentre el tamaño de la porción y asegúrese de que aparezca en la lista como "1 paquete" u otra expresión similar. Si el tamaño de la porción no se indica como 1 paquete, busque el peso del paquete en la parte de adelante del empaque, como se muestra en la imagen que aparece a continuación. Si el peso del paquete se indica en la parte delantera del empaque, vaya al Paso 4. Si el tamaño de la porción no es 1 paquete y el peso del paquete no se indica en la parte delantera del empaque, consulte "¿Qué pasa si mi grano es diferente?" en la página 5.
- Encuentre el peso de un paquete. En este ejemplo, un paquete de **Pretzels duros marca P** pesa 28 gramos.

Si el peso de un paquete no está escrito en la etiqueta de Información Nutricional, busque el peso en la parte delantera del paquete.

- Compare el peso de un paquete con el peso que se indica en la Tabla de medidas de granos. ¿El peso de este paquete es el mismo o es más pesado que el que aparece en la Tabla de medidas de granos?

Si: use la Tabla de medidas de granos para ver cuántos paquetes debe servir para cumplir con los requisitos del patrón de comidas del CACFP.

En este ejemplo, un paquete de *pretzels* duros debe pesar al menos 22 gramos o 0.8 onzas para poder usar la Tabla de medidas de granos. Como 1 paquete de *Pretzels* duros de la marca P pesa 28 gramos, usted puede usar la fila de "*Pretzels*, duros" en la tabla para ver cuántos paquetes de *Pretzels* duros de la marca P se necesitan para cumplir con los requisitos del patrón de comidas del CACFP.

No: use otro método para determinar cuántos paquetes debe servir para cumplir con los requisitos del patrón de comidas del CACFP. Vea "¿Qué pasa si mi grano es diferente?" en la página 5.

¿Qué pasa si mi grano es diferente?

Si el paquete de granos que está sirviendo:

- es más liviano que el alimento que se indica en la Tabla de medidas de granos, o
- no indica el peso del paquete, o
- no aparece en la tabla de medidas de granos,

Usted tendrá que usar otro método para determinar cuántos paquetes se necesitan para cumplir con los requisitos del patrón de comidas del CACFP. Para hacer esto, usted podría:

- Usar el "Apéndice A: Herramienta de granos del *Food Buying Guide for Child Nutrition Programs*" (FBG, por sus siglas en inglés) disponible solo en inglés en foodbuyingguide.fns.usda.gov.
- Usar la Hoja de capacitación "Cómo calcular las onzas equivalentes de granos en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos" en TeamNutrition.USDA.gov.
- Contactar a su agencia estatal u organización patrocinadora para obtener ayuda.



¿Hay otras consideraciones para la planificación del menú?

Si sirve un paquete que pesa más de lo que se indica en la Tabla de medida de granos, entonces usted pudiera estar sirviendo más granos que los requeridos por el patrón de comidas del CACFP. Las cantidades de las porciones indicadas en el patrón de comidas son mínimas, de modo que puede servir más de esa cantidad. Sin embargo, las herramientas descritas en "¿Qué pasa si mi grano es diferente?" también pueden ayudarle a determinar qué cantidad de un alimento debe servir para cumplir con los requisitos del patrón de comidas sin servir más de lo que se necesita. Trabaje con sus vendedores para comprar paquetes individuales de granos que proporcionen la cantidad correcta a sus participantes.

Respuestas:

Vea las preguntas de práctica, ¡Ponga a prueba su conocimiento! en la página 6.

1. Usted debe servir a cada niño al menos la mitad ($\frac{1}{2}$) de un muffin de maíz. Como cada muffin de maíz pesa 1.2 onzas (34 gramos), usted puede usar la fila para "Muffin de maíz" en la Tabla de medidas de granos (Página 3) para ver cuántos muffins debe servir a cada niño.
2. Usted debe servir a cada participante, 2 cajas de cereal de hojuelas de salvado de la marca B. Como una caja de este cereal pesa 1 onza, usted puede usar la fila para "Cereal, listo para comer, todos los tipos" en la Tabla de medidas de granos (Página 2) para ver cuántas cajas debe servir a cada participante. También puede servir a cada participante 1 caja de cereal de hojuelas de salvado de la marca B y servir 1 oz eq de otro alimento de grano.
3. No, no debe usar la Tabla de medidas de granos para ver cuántas bolsas de galletas crackers saladas de la marca S debe servir. Un paquete de galletas saladas debe pesar al menos 0.8 onzas o 22 gramos para usar la tabla. Una bolsa de galletas saladas de la marca S pesa 0.75 onzas. Como 0.75 onzas es menor que 0.8 onzas, usted debe usar otro método para ver cuántos paquetes de galletas saladas de la marca S debe servir.

¡Ponga a prueba su conocimiento!

Use la información en esta Hoja de capacitación para responder las siguientes preguntas. Vea las respuestas en la página 5.

1 Usted desea servir *muffins* de maíz en paquetes individuales en el almuerzo para los niños de 3 años. Cada *muffin* de maíz pesa 1.2 onzas (34 gramos). ¿Cuántos *muffins* de maíz se deben servir a cada niño para cumplir con la cantidad mínima de granos requerida en el almuerzo en el CACFP?

2 Su centro de cuidado para adultos quiere ofrecer cajas individuales de cereal listo para comer en el desayuno. Una caja de hojuelas de salvado de la marca B pesa 1 onza (28 gramos). ¿Cuántas cajas de cereal de hojuelas de salvado se deben servir a cada participante para cumplir con la cantidad mínima requerida de granos en el desayuno?

3 Su programa extracurricular quiere servir bolsas individuales de galletas *crackers* saladas de la marca S en la merienda o refrigerio para niños de 10 años. Una bolsa individual de galletas saladas de la marca S pesa 0.75 onzas (21 gramos). ¿Debería usted usar la Tabla de medidas de granos para determinar cuántas bolsas de galletas saladas de la marca S se deben servir? ¿Por qué sí o por qué no?
