

Servicios de Alimentación y Nutrición de las Escuelas de Jeffco

# GUÍA DE COMIDAS A LA CARTA

AÑO ESCOLAR 2025 - 26

## Filosofía

El Departamento de Servicios de Alimentación y Nutrición de las Escuelas de Jeffco cree en la filosofía "All Foods Fit" y en que todos los alimentos pueden encajar en una dieta saludable en general. Con el fin de cumplir con las muchas filosofías alimentarias de una población diversa del Distrito, ofrecemos un programa A la carta para los estudiantes de K-12. Ofreceremos una serie de nuevos productos de Smart Snack para satisfacer mejor las necesidades de nuestros estudiantes. Vea los artículos de Smart Snack disponibles en las Escuelas de Jeffco en el siguiente hipervínculo.

[Lista de artículos de Smart Snack](#)

## Directrices de Smart Snack

A la carta incluye varios refrigerios y bebidas que cumplen con las directrices federales del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA) sobre [Smart Snacks in School Guidelines](#) y cumplen con la política de [bienestar de nuestro Distrito](#). Muchos artículos vendidos están formulados específicamente para el servicio de alimentación de K-12 y son diferentes de la versión que se encuentra en las tiendas de comestibles. Las directrices garantizan que el primer ingrediente de cada artículo vendido sea un alimento integral, de frutas, vegetales, lácteos o proteicos y debe cumplir con los siguientes estándares.

Además, se pueden comprar raciones adicionales de nuestros platos principales y guarniciones saludables del menú del día.

# DIRECTRICES DE SMART SNACK

TODAS LAS COMIDAS VENDIDAS POR EL DEPARTAMENTO DE SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DE LAS ESCUELAS DE JEFFCO DEBEN CUMPLIR CON ESTAS DIRECTRICES DEL USDA

|                           |   |
|---------------------------|---|
| <b>Calorías</b>           | Productos ofrecidos como refrigerio: un máximo de 200 calorías<br>Productos ofrecidos como plato principal: un máximo de 350 calorías |
| <b>Sodio</b>              | Productos ofrecidos como refrigerio: un máximo de 200 mg<br>Productos ofrecidos como plato principal: un máximo de 480 mg             |
| <b>Total de grasas</b>    | Menos del 35 % de calorías provenientes de grasas   |
| <b>Grasas saturadas</b>   | Menos del 10 % de calorías provenientes de grasas saturadas   |
| <b>Grasa transaturada</b> | Cero gramos por ración  |
| <b>Azúcar</b>             | Menos del 35 % de azúcar (en peso)  |

DEBIDO A QUE TODOS LOS PRODUCTOS A LA CARTA QUE SE VENDEN EN LAS ESCUELAS DE JEFFCO DEBEN CUMPLIR CON LAS DIRECTRICES DE SMART SNACK, MUCHOS ARTÍCULOS QUE SE VENDEN ESTÁN FORMULADOS ESPECÍFICAMENTE PARA EL SERVICIO DE ALIMENTOS DE ESTUDIANTES DE K A 12.º GRADO Y SON DIFERENTES DE LA VERSIÓN QUE SE ENCUENTRA EN LAS TIENDAS DE COMESTIBLES.

## EJEMPLO: RICE KRISPIES

Tienda de comestibles:  
Rice Krispies original

| Nutrition Facts           |             |
|---------------------------|-------------|
| 1 servings per container  |             |
| Serving size              | 1 Bar (60g) |
| Amount Per Serving        |             |
| <b>Calories</b>           | <b>250</b>  |
| Total Fat 6g              | 8%          |
| Saturated Fat 1.5g        | 8%          |
| Trans Fat 0g              |             |
| Cholesterol 0mg           | 0%          |
| Sodium 280mg              | 12%         |
| Total Carbohydrate 46g    | 17%         |
| Dietary Fiber 0g          | 0%          |
| Total Sugars 21g          |             |
| Includes 21g Added Sugars | 42%         |
| Protein 2g                |             |

Conforme a Smart Snack de las Escuelas de Jeffco: Rice Krispies integral

| Nutrition Facts           |             |
|---------------------------|-------------|
| 1 servings per container  |             |
| Serving size              | 1 Bar (40g) |
| Amount Per Serving        |             |
| <b>Calories</b>           | <b>160</b>  |
| Total Fat 4g              | 5%          |
| Saturated Fat 1g          | 5%          |
| Trans Fat 0g              |             |
| Cholesterol 0mg           | 0%          |
| Sodium 140mg              | 6%          |
| Total Carbohydrate 30g    | 11%         |
| Dietary Fiber 1g          | 4%          |
| Total Sugars 11g          |             |
| Includes 11g Added Sugars | 22%         |
| Protein 2g                |             |

Cereal de arroz tostado (arroz, azúcar, sal, sabor a malta, niacinamida, hierro reducido, vitamina B2 [riboflavina], ácido fólico), jarabe de maíz, fructosa, aceite vegetal (soja y aceite de palma con TBHQ para mayor frescura), azúcar, sólidos de jarabe de maíz. Contiene 2 % o menos de glicerina vegetal, dextrosa, gelatina, saborizantes naturales y artificiales (contiene leche), sal, DATEM, monoglicéridos acetilados, lecitina de soja, BHT para mayor frescura.

Arroz integral de grano entero, jarabe de maíz, fructosa, aceite vegetal (de soja y de palma con TBHQ para mayor frescura), azúcar, sólidos de jarabe de maíz. Contiene 2 % o menos de glicerina vegetal, dextrosa, sal, gelatina, saborizantes naturales y artificiales (contiene leche), DATEM, monoglicéridos acetilados, hierro reducido, vitamina B1 (clorhidrato de tiamina), niacinamida, vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina), ácido fólico, pantotenato de calcio, lecitina de soja, BHT para mayor frescura.

Servicios de Alimentación y Nutrición de las Escuelas de Jeffco

# RESTRICCIONES A LA CARTA

AÑO ESCOLAR 2025 - 26

## Envío de restricciones A la carta

Entendemos que cada familia que atendemos tiene necesidades diferentes, por lo que queremos asegurarnos de que ponemos **el poder de escoger en manos de nuestras familias**. Los padres pueden limitar las compras a la carta yendo a [School Café](#) o enviando el [Formulario de restricción A la carta](#).

**Las restricciones A la carta deben actualizarse cada año escolar.**

*Tenga en cuenta que las instrucciones especiales serán utilizadas solo por los dietistas del Distrito para anotar las necesidades dietéticas especiales y las modificaciones de comidas documentadas.*

**Para poner restricciones en School Café, por favor siga estos pasos:**

1. Inicie sesión en su cuenta de [School Café](#)
2. Vaya al perfil de su hijo/a y haga clic en "Purchase Restrictions" [restricciones de compra]
3. Ingrese las restricciones que desea incluir en la cuenta
  - a. Marque los días en que **no** desea que su hijo/a compre artículos a la carta en efectivo o a débito (usando el dinero de la cuenta de comidas).
  - b. Introduzca el número de artículos a la carta que el estudiante puede comprar cada día.



*Servicios de Alimentación y Nutrición de las Escuelas de Jeffco*

# A LA CARTA

## FORMULARIO DE RESTRICCIÓN

**Por favor vaya a School Café para ingresar restricciones o devuelva este formulario al encargado/a de cocina de la escuela de su hijo/a.**

*\*No complete esta sección si no necesario que se hagan limitaciones a los alimentos a la carta.\**

*Recordatorio: las restricciones a la carta deben actualizarse todos los años escolares*

Nombre del estudiante (en letra de molde) \_\_\_\_\_

N.º de ID del estudiante \_\_\_\_\_ Escuela \_\_\_\_\_

**Si desea limitar el número de artículos que se compra a la carta, rellene lo siguiente:**

Limitar a \_\_\_\_\_ (n.º) alimentos a la carta por día.

**Si desea que su hijo/a compre artículos a la carta solo en ciertos días, por favor rellene lo siguiente:**

- Por favor tenga en cuenta que poner una X en un día significa que no pueden comprar artículos ese día.
- Por favor marque los días en los que NO desea que su hijo/a compre a la carta.

**No permitir la venta de la cuenta de comidas en los siguientes días:**

lunes       martes       miércoles       jueves       viernes

**NO permitir la venta en EFECTIVO en los siguientes días:**

lunes       martes       miércoles       jueves       viernes

\_\_\_\_\_  
Firma del padre, madre o tutor/a legal

\_\_\_\_\_  
Fecha