Desayuno: Basado en un patrón de 5 días a la semana (4 y 7 días semanal mínimos variarán)			
	K-5	6-8	9-12
Patron de Comida:	Cantidad de comida por semana (Mínimo por día)		
Fruta (taza)	5 (1)	5 (1)	5 (1)
Verduras (taza)	0	0	0
Granos (onzas equivalente)	7 (1)	8 (1)	9 (1)
Carne/Carne Alternativa (M/MA letras en inglés) (onzas equivalent)	0 Ningún componente separado de M/MA. Puede sustituir 1 onza equivalente del grano después del mínimo se resuelve el grano diario.		
Leche Fluida (cups)	5 (1)	5 (1)	5 (1)
Otras Especificaciones: Cantidad Diaria			
Calorías del Mínimo-Maximo	350-500	400-550	450-600
	El promedio de calorías para una semana escolar de 5 días debe estar dentro de la gama (por lo menos el mínimo y no más que los valores máximos).		
Grasa Saturada (% del total de calorías)	<10	<10	<10
Sodio (AE 2014-2016)	< 540mg	< 600mg	<640mg
Sodio (AE 2017)	<485mg	<535mg	<570mg
Sodio (AE 2022)	<430mg	<470mg	<500mg
La grasa trans	La etiqueta nutricional o las especificaciones del fabricante deben indicar cero gramos de grasas trans por porción.		

Componente de la Comida

Uno de los 3 grupos de alimentos ofrecidos para un desayuno reembolsables.

1. Los Granos (carne/carne alternativa que es permitida)
2. Fruta (verdure como sustitución)
3. Leche fluida

Alimentos

Una comida específica ofrecido dentro de un componente de la comida.

Elemento del Menú

Las comidas reales que son servidas por ejemplo el burrito del desayuno, ensalada de fruta o magdalenas.

Los elementos del menú pueden contener uno o más componentes y contar como uno o más de los alimentos.

Oferta contra Servicio

(Opcional en todos los niveles de grado para el desayuno)

Debe ofrecer por lo menos 4 alimentos

El estudiante debe tomar por lo menos 3 alimentos

Al menos un elemento seleccionado debe ser ½ taza de fruta o vegetales con los carteles explicando que constituye una comida reembolsable para los estudiantes, incluyendo la obligación de seleccionar al menos ½ taza de frutas o verduras es obligatorio

Ricos Enteros del Grano

Todos los granos ofrecidos en el desayuno deben ser ricos en granos enteros.

Componente de la Comida de Desayuno

Fruta

- Ofrece – 1 taza diaria/todos los grupos del grado
- Las verduras pueden ser substituidas para la fruta
 - si substituyen las verduras para el componente de la fruta, todos los subgrupos-verde oscuro, rojos/anaranjado, legumbre, almidonados y 'otro' se deben ser ofrecidos durante la semana.
- Las verduras de color Verde Oscuro, rojo/naranja, legumbres o de "otro" subgrupos deben ofrecerse antes del subgrupo almidonado.
- El jugo de fruta o vegetal que es de fuerza completito se puede utilizar hasta ½ del requisito semanal.

Componente de la Comida de Desayuno

Granos

- Todos los granos deben ser ricos enteros del grano
- Ofrecen por lo menos – 1 onza equivalente diario/todo los grupos del grado
- Mínimo Semanal–
 - K-5 7 onzas equivalentes
 - 6-8 8 onzas equivalentes
 - 9-12 9 onzas equivalentes

Componente de la Comida de Desayuno

Leche

- Ofrece solamente sin grasa (sin sabor o con sabor) o leche baja en grasa (sin sabor)
- Ofrece – 1 taza diario/todo los grupos del grado
- Variedad de leche – al menos 2 tipos de leche deben ser ofrecidos

Desayuno *Opcional* Componente Alimentario

Carne/Carne Alternativa (M/MA letras en inglés)

- Ningún requisito para ofrecer Carne/Carne Alternativa
- Puede ofrecer Carne/Carne Alternativa en lugar de grano 1 después de que se cumple el requisito diario de grano (1 onza equivalente de carne/carne alternativa puede acreditar como 1 onza equivalente del grano)
- Puede ofrecer carne/carne alternative como una comida extra