



SISTEMA DIF JALISCO
DIRECCIÓN DE CENTROS DE ATENCIÓN INFANTIL
COORDINACIÓN DE NUTRICIÓN

RACIONES A SERVIR PARA BECARIOS LACTANTES "B" Y "C" DE CADI'S			
CANTIDAD/NIÑO			
ALIMENTOS	6-9 MESES		
Jugo ó Agua de fruta	90 ml.		
Puré de fruta	60 gr.		
Puré de verdura	80 gr.		
Puré de cereal	40 gr.		
Gelatina de agua	50 gr.		
Puré de carnes	20 gr.		
Puré de leguminosas	20 gr.		
CANTIDAD/NIÑO			
ALIMENTOS	10-12 MESES	13-18 MESES	
Fruta de temporada	70 gr.	100 gr.	
Jugo de fruta	100 ml.	140 ml.	
Leche con sabor	0	160 ml.	
Yogurt	100 ml.	120 ml.	
Biberón con fórmula de seguimiento	120 ml. ó 4 oz	0	
Huevo revuelto y/ó preparado	0	70 gr.	
Chilaquiles preparados	60 gr.	80 gr.	
Sopas Caldosas, Caldos preparados	120 ml.	140 ml.	
Sopas de *leguminosas	80 gr.	90 gr.	
Sopa de arroz y pasta seca	50 gr.	60 gr.	
Cremas	70 ml.	80 ml.	
Purés	50 gr.	60 gr.	
Frijoles refritos	40 gr.	50 gr.	
Ensaladas crudas ó cocidas	50 gr.	60 gr.	
Guisados de carnes	60 gr.	70 gr.	
Guisados de verduras	70 gr.	80 gr.	
Tortitas preparadas	50 gr.	60 gr.	
Gelatina	60 gr.	70 gr.	
Arroz con leche	50 gr.	70 gr.	
Natillas	50 gr.	70 gr.	
Cereal	20 gr.	25 gr.	
Galletas dulces ó saladas	10 gr.	20 gr.	
Pan de caja (blanco ó integral)	10 gr.	20 gr.	

*Leguminosas: Frijol, Lentejas, Habas, Garbanzos, Alubias.

*Los menús de Lactantes B y C están basados en una dieta de 1,000 y 1,200 Kcal/día