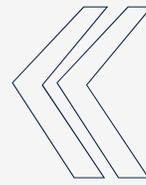


LAS REGLAS *Exigen* QUE LAS INSTALACIONES



DOMINEN EL SERVICIO DE COMIDAS



- Usen **recipientes separados** para cada comida o plato principal.
- Tengan disponible al menos la **porción** mínima por edad.
- Tengan disponibles todos los **componentes** necesarios al mismo tiempo.

LA PRÁCTICA APROPIADA *Recomienda* A LAS INSTALACIONES QUE

ESCOJAN EL TAMAÑO ADECUADO



Usen cucharas para servir que coincidan con el tamaño requerido de la porción requerido.

Usen utensilios para niños y platos con bordes anchos.

Sirvan bebidas en tazas abiertas cuando los niños estén listos.

INCLUYAN A LOS NIÑOS



¡Hagan más fácil el servir! Llenen las jarras a la mitad.

Dejen que los niños pongan y recojan la mesa.

OFREZCAN EXTRA



Tengan disponibles segundas raciones.

Tengan disponibles servilletas y utensilios adicionales por los que se caigan o si hay derrames.

Sea un EJEMPLO A SEGUIR

Me siento con los niños, para dar el ejemplo de interacción social. ¿Cuál es tu animal favorito? ¡Grrr!

Yo establezco una rutina y horario predecibles y tranquilos para la hora de comer. ¡Esto incluye anunciar el menú y lavarse las manos!

Yo pruebo comidas nuevas y sigo mis propias señales de hambre y llenura.

Yo pongo el ejemplo al poner la mesa, al servirme, pasar las comidas, decir "por favor" y "gracias" y al limpiar.

Yo no soborno con la comida o niego la comida. No es castigo o premio. Los niños pueden dejar comida en su plato o pedir más.



Este documento contiene una guía para comidas estilo familiar compartidas, para los requisitos legales y prácticas adecuadas, y fue desarrollado en colaboración entre las siguientes organizaciones:



Las organizaciones de arriba agradecen a la Asociación de Educación de Niños de Preescolar de Arizona por contribuir con su opinión. Esta institución ofrece igualdad de oportunidades.