



## Instrucciones sobre los productos alimenticios seguros para personas alérgicas a los frutos secos 2024-2025

### Junio de 2024

De acuerdo con un estudio publicado en 2013 por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), entre 1997 y 2011, las alergias alimentarias aumentaron aproximadamente un 50 % entre los niños. Los cacahuates y los frutos secos son la causa más común de reacciones alérgicas graves en los niños y la causa más común de alergias alimentarias graves entre nuestros estudiantes. Si bien el distrito cuenta con procedimientos para tratar las reacciones alérgicas, incluidas otras alergias alimentarias, se desarrollaron los siguientes procedimientos sobre productos "seguros para personas alérgicas a los frutos secos" con el fin de ayudar a la gran cantidad de estudiantes alérgicos a los frutos secos a evitar este alérgeno. **Tenga en cuenta que la lista adjunta no sustituye la lectura de las etiquetas, ya que las recetas y el listado de ingredientes de estas pueden cambiar sin previo aviso.** Dicha lista tiene el fin de proporcionar una referencia rápida que les ayude a encontrar productos cuyo etiquetado indica que son seguros para personas alérgicas a los frutos secos. Los productos de la lista pueden cambiar durante el transcurso del año conforme el distrito tenga conocimiento de los cambios en los productos y los retiros del mercado.

- A fin de reducir las posibilidades de contacto cruzado, todos los alimentos que se lleven a la escuela para eventos especiales deben comprarse en tiendas y no pueden ser productos preparados en casa.
- Todos los productos proporcionados deben estar empaquetados e incluir una etiqueta impresa completa de los ingredientes. La clave para evitar una reacción es leer la etiqueta de ingredientes al momento del consumo. Lea siempre toda la etiqueta de ingredientes, ya que los frutos secos a menudo se encuentran en ingredientes inesperados y sorpresivos. Muchas especias, saborizantes y aditivos son alérgenos y no informan su procedencia. Algunos ejemplos de estos ingredientes son los frutos secos artificiales, la nuez blanca, el calisson, el saborizante de anacardo, el chinquapin, el coco, las avellanas, la gianduja, el ácido hipogéico, la proteína vegetal hidrolizada, el lupino, los cacahuates remojados en aceite de almendra (mandelonas), el mazapán, el turrón, las pecanas, los pistachos, entre otros.
- Los padres o tutores pueden proporcionar un suministro de refrigerios seguros que se almacenará en el aula para el consumo del estudiante con alergias alimentarias.

A pesar de que la Ley sobre el Etiquetado de Alérgenos Alimentarios y Protección al Consumidor (Food Allergen Labeling & Consumer Protection Act, FALCPA) de 2004 exige que los fabricantes indiquen claramente los ingredientes de frutos secos en las etiquetas de los productos, las advertencias específicas "may contain nuts" ("puede contener frutos secos"), "produced on shared equipment with nuts or peanuts" ("fabricado en equipos compartidos con frutos secos o cacahuates") y "produced in a facility that also processes nuts" ("fabricado en instalaciones que también procesan frutos secos") son voluntarias. **No compre el producto si la etiqueta indica que el alimento contiene cualquier producto de frutos secos o trazas de frutos secos o que se elabora en una planta de fabricación donde se procesan productos de frutos secos o en equipos compartidos con productos de frutos secos.**

**Pedimos a todos los padres que elijan productos de la siguiente lista de marcas específicas de alimentos** que elijan alimentos claramente etiquetados con "not containing nuts" (sin frutos secos) al seleccionar los refrigerios para los cumpleaños o la clase. Limitar el tipo de alimentos que ingresan a la escuela nos permite proporcionar un entorno más seguro para nuestros estudiantes que tienen alergias alimentarias a los frutos secos.

#### **Criterios. Los refrigerios incluidos en esta guía se seleccionaron con base en los siguientes criterios:**

- No contienen cacahuates ni frutos secos.
- Su empaque no contiene ninguna advertencia de que estos alérgenos se hayan podido introducir en el alimento durante la fabricación.
- El producto está disponible en la localidad.

Como es comprensible, la disponibilidad de los productos cambia constantemente, ya que los fabricantes siempre incorporan nuevos productos, modifican las fórmulas de los productos actuales y descontinúan productos específicos. Por lo tanto, **que un producto esté incluido en esta lista no es una garantía de que no contenga frutos secos.** Para elaborar esta lista, el distrito se basa en los ingredientes enumerados y la información que se encuentra en el sitio web del fabricante. Debido a que cada producto puede tener múltiples líneas de productos y productores, no es factible ponerse en contacto con cada planta de fabricación particular para consultar cada producto. Esta lista es específica para las alergias a los frutos secos, por lo que algunos de los artículos enumerados no son seguros para otras alergias alimentarias.

Los clientes pueden hacer recomendaciones de productos con el fin de que el comité los evalúe y posiblemente los incluya en futuras listas escolares. Si desea hacerlo, complete y envíe el formulario de "Solicitud de alimento permitido recomendado" a la siguiente dirección:

Blue Valley School District  
Assistant Superintendent of Special Education 15020  
Metcalf  
Overland Park, KS 66223

# Lista de alimentos permitidos por marca 2024-2025

\*Los directores pueden considerar usar la presente información con el fin de proporcionar orientación, educación para el personal y los padres o como guía de referencia.

\*Si el producto no está incluido en esta lista, los padres deben mostrar la etiqueta del producto en la oficina antes de llevar el refrigerio al aula de clases.

## Marcas aprobadas

Cada vez con mayor frecuencia, las empresas fabrican productos específicos para personas con alergias potencialmente mortales. Además de ser seguros para las personas alérgicas a los frutos secos, estos productos suelen ser seguros también para personas con otras alergias alimentarias. De acuerdo con las afirmaciones del empaque, todos los productos de las siguientes marcas están aprobados y son seguros para las aulas donde hay niños alérgicos a los frutos secos:

**Enjoy Life Foods:** "No contiene ninguno de los 'ocho alérgenos principales': trigo/gluten, lácteos, cacahuates, frutos secos, huevo, soja, pescado y mariscos". ([enjoylifefoods.com](http://enjoylifefoods.com))

**Lucy's:** "No contienen gluten y están elaborados sin leche, huevo, cacahuates ni frutos secos". ([westminstercrackers.com](http://westminstercrackers.com))

**Home Free:** "Elaborados en una panadería especializada sin cacahuates, frutos secos, huevo, lácteos, trigo y gluten". ([homefreetreats.com](http://homefreetreats.com))

**Don't Go Nuts:** "Nuestros ingredientes sin frutos secos se procesan únicamente en equipos que no tienen contacto con frutos secos". ([dontgonuts.com](http://dontgonuts.com))

**Mama Resch's:** "Sin gluten, trigo, maíz, soja, caseína, lácteos, cacahuates, frutos secos, todo natural". ([mamareschs.com](http://mamareschs.com))

**Surf Sweets:** "No contiene ninguno de los 10 alérgenos más comunes. Elaborados en instalaciones libres de frutos secos". ([surfsweets.com](http://surfsweets.com))

**Safely Delicious:** "Sin gluten, sin lácteos, sin cacahuates, sin frutos secos, sin soja y sin huevo. Además, están elaboradas en una instalación comercial especializada que no contiene ninguno de estos alérgenos alimentarios". ([safelydelicious.com](http://safelydelicious.com))

**MadeGood Foods:** "Todos los productos de MadeGood son orgánicos y sin frutos secos, contienen nutrientes de vegetales, están verificados por la organización Non GMO Project y cuentan con certificación de GFCO que los avalan como productos sin gluten, así como con certificación vegana y Kosher Parve". ([madegoodfoods.com](http://madegoodfoods.com))

## FRUTAS Y VEGETALES FRESCOS

- Orgánicos o convencionales

## FRUTAS DESHIDRATADAS Y ENLATADAS

- Pasas **NO** cubiertas de yogur (*Best Choice, Sun Maid Organic*)
- Craisins (*Ocean Spray*)
- Ciruelas pasas Sunsweet (*Sunsweet*)
- Frutas enlatadas en recipientes individuales pequeños (*Del Monte*)
- Puré de manzana en recipientes individuales pequeños (*Best Choice, Mott's, Musselman's, Kirkland's Organic Pouch, Materne, GoGo Squeeze, Simple Nature*)

## CEREALES (por marca)

### **Malt-O-Meal**

- Apple Zings
- Berry Colossal Crunch
- Cinnamon Toasters
- Coco Roos
- Crispy Rice
- Fruity Dyno Bites
- Golden Puffs
- Honey Graham Toasters
- Honey Buzzers
- Marshmallow Matey's
- Tootie Fruities
- Frosted Mini Spooners: Original, Strawberry Cream,

Blueberry

### **Cascadian Farms**

- Graham Crunch, granola Oats & Honey, cereal Gluten Free Honey Vanilla Crunch
- Graham Crunch

### **Post**

- Honeycomb

### **General Mills**

- Chex: Corn, Rice, Wheat, Apple Cinnamon, Blueberry, Vanilla, Chocolate

- Cinnamon Toast Crunch
- Cheerios: Cinnamon, Peach, chocolate, Frosted, Fruity, Multi Grain, Apple Cinnamon, Blueberry, Strawberry, Very Berry, Regular
- Golden Grahams
- Kix: Honey, Berry Burst u Original
- Lucky Charms
- Trix

### **Kashi**

- Cereal Heart to Heart: Honey Toasted, Warm Cinnamon Oat, Chocolate, Original

### **Kellogg's**

- Mini Wheats: Chocolate, Original, Frosted, Strawberry
- Shredded Wheat: Original

## **PRODUCTOS LÁCTEOS**

- Queso cottage: Fat Free, Low Fat y Old Fashioned (*Anderson/Erickson Dairy*) (*Good Culture*)
- Bocadillos de queso: Fresh Mozzarella, Fontina, Parmesan y Asiago (*BelGioioso*)
- Little Cheese Dippers y Cheese Wedges: Original, Swiss Garlic, Creamy Swiss, White Cheddar, Asiago (*The Laughing Cow*)
- Queso Babybel: Original, Gouda, Light, Mozzarella, Sharp Original, White Cheddar (*The Laughing Cow*)
- Queso en tiras (*Crystal Farms, Frigo y Sargento*)
- Stringles (*Organic Valley*)

## **YOGURES**

- Yogur: Blueberry, Vanilla, Strawberry, Strawberry Banana (*Anderson/Erickson Dairy*)
- Yogur Blends, Yo Baby y Organic Kids en tubos y bolsitas (*Stonyfield*)
- Yogur: Danimals, yogur bebible: Strawberry y Birthday Cake (*Dannon*)
- Yogur: GoGo Squeeze Yogurtz (*Materne*)
- Yogurt: Greek, Smoothie, Simply y Go-Gurt, sabores Original, Mixed Berry y Strawberry (*Yoplait*)
- Yogur: opción Goat Milk, sabores Blueberry Pomegranate (*Redwood Hill Farm*)

## **JUGOS Y BEBIDAS EN CAJA**

- Bebidas de frutas/en caja (*Minute Maid, Capri Sun, Hi-C, Kool-Aid, Honest Juice*)
- Jugo de manzana (*Martinellis*)
- Chocolate caliente: Rich Milk Chocolate (*Nestl*)
- Bebida de proteína: Vanilla y Chocolate (*Premier Protein*)

## **GALLETAS SALADAS**

- Cheddar Bunnies: Organic, White Cheddar, Whole Wheat, Pizza, Cheddar Squares, Classic (*Annie's Homegrown*)
- Organic Honey Graham Crackers (*Annie's Homegrown*)
- Organic Saltine Classics (*Annie's Homegrown*)
- Galletas Saltine: Original y Whole Wheat (*Nabisco/Keebler*)
- Galletas Ritz: Original, Whole Wheat, Reduced Fat, Crisp & Thins, Cheese Crispers, Sour Cream & Onion (*Nabisco/Keebler*)
- Triscuit: Original, Reduced Fat, Hint of Salt, Rosemary & Olive Oil (*Nabisco/Keebler*)
- Galletas Wheat Thins: Original, Reduced Fat (*Nabisco*)
- Galletas Cheez-it: Original, Frooves, Snap'd, Snack Mix (*Sunshine*)
- Galletas Goldfish: Original, Cheddar, Colors, Parmesan, Pizza, Pretzels, Mix, Princess, Hot Coco, S'mores, Vanilla, Cupcake, Fudge, Brownie, Cookies & Cream, Honey, Cinnamon, Whole Grain, Cheddar, Flavor Blasted (*Pepperidge Farm*)
- Galletas Graham: Original (*Keebler*), Cinnamon, Honey (*Skeeter Nut Free*), Honey, Cinnamon, Chocolate (*Honey Maid*)
- S'moreables (*Kinnikinnick Foods*)
- Galletas: Original, Multi Grain (*Crunch Master*)

## **PALOMITAS DE MAÍZ**

- Healthy Pop: Kettle Corn (*Jolly Time*)
- Popcorn (*Act II, Best Choice, Pop Secret*)
- Organic Yellow Popcorn (*Arrowhead Mills*)
- Skinny Pop: todos los productos

## **PUDÍN Y GELATINA**

- Pudín en vaso: Original Chocolate y Original Vanilla (*Jell-O Kraft Heinz Company*)
- Pudín en vaso Snack pack: Chocolate, Vanilla (*Hunt's ConAgra Foods*)
- Gelatina en vaso: Regular y Sugar-Free (*Jell-O*)

## **ALIMENTOS VARIOS**

- Beef Jerky: Original (*Jack Links, Slim Jim*)
- Semillas de girasol Dakota Style: Original, No Salt, Honey Roasted (*Dakota Style*)

- Bocadillos de arroz Rice Crisps y Rice Cakes: Apple Cinnamon, White Cheddar, Chocolate, Caramel (*Quaker*)
- Organic Guacamole minis y Classic Guacamole (*Wholly Guacamole*)
- Salsa (*Pace, Tostito's, Taco Bell, Ortega*)
- Wowbutter, SunButter

## CARAMELOS

- Mentas Andes (*Andes*)
- Blow Pops (*Charms*)
- Bastones de caramelo (*Spangler Candy, Bob's Red & White Mint Canes*)
- Dum Dum Pops (*Spangler Candy*)
- Child's Play (*Tootsie Roll*)
- Dots (*Tootsie Roll*)
- Double Bubble (*Tootsie*)
- Junior Mints (*Tootsie Roll*)
- Tootsie Pops (*Tootsie Roll*)
- Tootsie Roll: Midgees, surtidos (*Tootsie Roll*)
- Chispas de chocolate: Semi Sweet y Dark Chocolate (*Enjoy Life*)
- Jolly Rancher Hard Candy (*Hershey*)
- Twizzlers: Cherry and Strawberry Twists, Rainbow Twists, Cherry Pull n' Peel, Cherry Bites (*Hershey*)
- Lifesavers: Hard Candies, Gummies (*Wrigley*)
- Skittles: Original (*Wrigley*)
- Starburst Fruit Chews: Original, FavReds y Tropical, Jelly Beans (*Wrigley*)
- Paletas heladas: Organic (*Yum Earth*)
- Malvaviscos: Regular (*Kraft*)
- Organic Jelly Beans, Gummy Bears, Gummy Worms (*Surf Sweets*)
- Pez Candy (*Pez*)
- Red Vines: Original Twists, Mixed Berry, Grape, Strawberry y Black Twists (*American Licorice Co.*)
- Smarties: Original y Giant (*Smarties*)
- Sweet Tarts: Chewy, Gummies, Rope Bites, Mini Chewy, Whipped & Tangy, Soft Bits, Original, Jelly Beans (*Nestle*)

## BOCADILLOS DE FRUTAS

- Fruit by the Foot, Fruit Rollups, Gusher's (*General Mills*)
- Fruit Crisps (*Brothers All Natural*)
- Fruit Snacks (*Motts*)
- Organic Bunny Fruit Snacks: Sunny Citrus, Really Peely, Berry Patch, Tropical Treat (*Annie's Homegrown*)

## PAPAS FRITAS

- Bugles: Original (*General Mills*)
- Cheetos: Baked, Crunchy y Puffs (*Frito Lay*)
- Doritos: Cool Ranch, sabor Taco y Nacho Cheese (*Frito Lay*)
- Fritos: Chili Cheese, Original, Twisted Honey BBQ y Scoops (*Frito Lay*)
- Funyuns (*Frito Lay*)
- Papas fritas: Kettle, Baked, Classic y Wavy, papas fritas Ruffles (*Frito Lay*)
- Sun Chips: Cheddar, French Onion, Garden Salsa y Original (*Frito Lay*)
- Totopos Tostitos: Baked, Bite Size, Hint of Lime, Multigrain, Restaurant Style/Scoops (*Frito Lay*)
- Papas fritas Late July: Organic, Blue Corn, Lime, Sea Salt, No Frain, Lime, Chia & Quinoa (*Late July*)
- Totopos Mission: Rounds, Strips y Triangles (*Mission*)
- Organic Snack Mix (*Annie's Homegrown*)
- Pirate's Booty: White Cheddar, Veggie Sticks y Fruit Sticks (*Pirate Brands*)
- *Papas fritas Popcorners*: Sweet & Salty Kettle Corn, Sea Salt, Spicy Queso, Sweet Chili, Cinema Style Butter y Jalapeno Cheddar
- Pretzels: Sticks, Mini, Snaps (*Snyder's of Hanover*)
- Pringles: Cheddar, Original, Snack Stack and Sour Cream & Onion, BBQ Y Sticks (*Pringles*)
- Pretzels: Rods, Tiny Twist, Cheddar, Sticks (*Rold Gold*)
- Totopos Way Better Snacks: Sweet Potato, Multi Grain, Blue Corn y Black Bean (*Simply Sprouted*)
- Harvest Snaps

## GALLETAS/BARRAS

- Animal Crackers (*Keebler & Barnum's-Nabisco*)
- Belvita Breakfast Biscuits (*Nabisco*)
- Chips Ahoy: Chewy, Original y Reduced Fat (*Nabisco*)

- Oreo: Original, Thins, Gluten Free, Chocolate Cream, Golden, Chocolate Mint, Double-Stuff, Birthday Cake (*Nabisco*)
- Ginger Snaps (*Nabisco*)
- Teddy Grahams: Honey, Chocolate, Chocolatey Chip y Cinnamon (*Nabisco*)
- Bunny Cookies: Cocoa and Vanilla, Gluten free, Cinnamon, Birthday Cake, Chocolate Chip (*Annie's Homegrown*)
- Bunny Grahams: Chocolate, Chocolate chip, Cinnamon, Honey (*Annie's Homegrown*)
- Chocolate Chip Cookies y Chocolate Sandwich Cookies (*Annie's Homegrown*)
- *Benton's* Chocolate Chip Cookies
- Chocolate Chip Mini Cookies (*Skeeter Nut Free*)
- Grahams: Cinnamon y Honey (*Skeeter Nut Free*)
- Dick & Jane Educational Snacks: galletas
- Enjoy Life Soft Baked Chewy Bars: Caramel Blonde, Lemon Blueberry Poppy Seed, Caramel Apple, Coco Loco (*Enjoy Life*)
- Vegan Granola Bars, Crispy Light Granola y Mini Bars: Apple Cinnamon, Chocolate Banana, Chocolate Chip, Mixed Berry, Cocoa Crunch y Strawberry (*MadeGood*)
- Crispy Squares: Vanilla, Chocolate Chip, Strawberry y Caramel (*MadeGood*)
- Soft Baked Mini Cookies: Apple Cinnamon, Double Chocolate, Chocolate Chip, and Chocolate Banana (*MadeGood*)
- KinniToos: Chocolate Sandwich y Vanilla Sandwich (*Kinnikinnick Foods*)
- Montana's Chocolate Chips Cookies (*Kinnikinnick Foods*)
- Pastry Crisps: Chocolate, Strawberry, Cookies N' Cream, Blueberry, Brown Sugar Cinnamon, Caramel Latte (*Kellogg's*)
- Rice Krispies Marshmallow Treat: Original (*Kellogg's*)
- Scooby Doo Graham Cracker Sticks: Honey y Cinnamon (*Keebler*)
- Vanilla Wafers: Mini u Original (*Keebler*)
- Snackwell's: Crème Sandwich (*Kraft*)
- Crunchy Rollers: Rice Rollers; Apple Cinnamon, Mixed Berry, Caramel Sea Salt, Strawberry y Original Brown Rice (*Friendly Grains*)
- Mini Chocolate Chip Cookies (*Kirkland Signature*)
- Crunchables: Apples + Pumpkin Seeds (*That's it*)
- Fruit Bar: Strawberry, Blueberry & Mango minis, paquete variado. (*That's it*)
- Seed Based Bars: Blueberry Lemon, Raspberry, Smores (*Blake's*)
- Seed Based Rice Crispy Treats: Chocolate Chip, Strawberry, Birthday Cake, Pumpkin Spice (*Blake's*)
- Smart Bars: Carrot Raisin, Blueberry Banana Sweet Potato, Strawberry Beet, Apple Kale (*Cerebelly Smart Bars*)
- Fruit & Veggie Strips/Bars: Berry Orchard, Cherry Berry, Strawberry Mango, Raspberry Blueberry, Wild Berry, Peach Raspberry, Apple/Pear/Carrot Strips (*Good & Gather*)
- Sweet P's Bake Shop: Frosted Sugar Cookies (*Hyvee*)
- ZEE ZEE Soft Baked Bar: berry apple crisp, birthday cake, blueberry lemon, campfire S'mores, chocolate brownie, cinnamon crisp, cocoa cherry, oatmeal cocoa chip, strawberry crisp, paquetes surtidos.

## CARNE/CARNE SECA

- Beef/turkey/meat sticks: Original Beef, Salt and Pepper Venison, Italian Style, Pepperoni Seasoned Turkey, Original Turkey Chomplings (*Chomps*)
- Biltong Stick: Original, Spicy Peri Peri, Hatch Green Chile (*Stryve*)

## HELADO

- Paletas heladas Popsicle, Fudgesicle, Scribblers, Fruit Pops (*Popsicle*)
- Welch's 100% Juice Ice Bars
- Mr. Freeze Jumbo Freeze Pops
- Philly Swirl: Cups, ICEE Mix it up, Jungle Swirls, Swirls y Poppers.
- FunPops: paletas heladas
- Budget Saver: Twin Pops surtidos, Monster Cherry-Mango Pops, Red, White y Berry blast

## PASTELILLOS Y DONAS

- Donas: Cinnamon Sugar, Chocolate Dipped, Chocolate Chip, Maple y Vanilla Glazed (*Kinnikinnick Foods*)
- Muffins: Lemon Blue Berry, Quinoa Spice (*Kinnikinnick Foods*)
- Garden Lite Muffins: Double Chocolate, Banana Chocolate Chip, Blueberry Oat, Ninja Power, Carrot Berry, Cranberry Orange, Apple Cinnamon. Keto Friendly: Cinnamon Roll, Chocolate Raspberry y Mochaccino Chip. (*Veggies Made Great*)
- Sweet P's Bake Shop: Chocolate Cupcakes (*Hyvee*)

***La lista anterior se revisará cada año. Tenga en cuenta que el distrito se basa en los ingredientes enumerados y la información que se encuentra en los sitios web de los fabricantes. Esta lista es específica para las alergias a los frutos secos, por lo que algunos de los artículos enumerados no son seguros para otras alergias alimentarias. En caso de que exista alguna duda, el estudiante no debe consumir el alimento en cuestión.***

# Blue Valley School District

## Formulario de solicitud para incluir refrigerios diarios o golosinas para fiestas de cumpleaños de los estudiantes o fiestas navideñas

Los clientes pueden hacer recomendaciones de productos con el fin de que el comité los evalúe y posiblemente los incluya en futuras listas escolares. Si desea hacerlo, complete y envíe el siguiente formulario:

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Escuela: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

¿Qué tiendas de comestibles cuentan con este producto? \_\_\_\_\_

Alimento:

Sabor o versión, si corresponde: (por ejemplo, original, nacho, chocolate, etc.) \_\_\_\_\_

Marca: \_\_\_\_\_

Motivos para agregar este producto a la lista de alimentos permitidos:

---

---

---

---

**Para que podamos considerar el producto, debe adjuntar la siguiente información y dicho producto no debe contener frutos secos:**

1. Copia de la declaración de ingredientes del producto.
2. Lista de ingredientes del sitio web del fabricante.

Todos los productos recomendados se revisan cada año para su posible inclusión en la lista de alimentos permitidos del siguiente año escolar.

Envíe el formulario de solicitud completo a:

Blue Valley School District  
Assistant Superintendent of Special Education  
15020 Metcalf  
Overland Park, KS 66223