

# Evergreen Child Care Food Program

3960 Wilshire Blvd. Suite 306 Los Angeles, CA 90010

Tel. 213-380-3850/5345 Fax. 213-380-9050

E-mail: [joinecci@gmail.com](mailto:joinecci@gmail.com)



## January Newsletter

### CALENDAR OF EVENTS

- 01/06/16**– November 2015 Reimbursement Disbursement
- 01/18/16**– Evergreen office will be closed in observance of Martin Luther King Day (Meals are NOT subject for reimbursement on this holiday).

### REIMBURSEMENT REMINDER

*The **November 2015** Federal reimbursement has been disbursed if your meal claim was submitted on time.*

***Manual Claiming Providers:** All January claim forms must be submitted no later than February 5, 2016. If documents are submitted anytime later, meal claims will be considered a late (adjustment) claim.*

The U.S Department of Agriculture prohibits discrimination against its customers, employees, and applicants for employment on the bases of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, religion, reprisal, and where applicable, political beliefs, marital status, familial or parental status, sexual orientation, or all or part of an individual's income is derived from any public assistance program, or protected genetic information in employment or in any program or activity conducted or funded by the Department. (Not all prohibited bases will apply to all programs and/or employment activities.) If you wish to file a Civil Rights program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, found online at [http://www.ascr.usda.gov/complaint\\_filing\\_cust.html](http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html), or at any USDA office, or call (866) 632-9992 to request the form. You may also write a letter containing all of the information requested in the form. Send your completed complaint form or letter to us by mail at U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, by fax (202) 690-7442 or email at [program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov). Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339; or (800) 845-6136 (Spanish). USDA is an equal opportunity provider and employer.

**2016 새해복많이 받으세요:** 다음은 2016 Major Holidays 입니다. 아래에 적혀있는 공휴일은 식사 상환이 되지 않습니다. 아래 공휴일 이외 데이케어를 닫는날은 꼭 에버그린에 미리 연락주셔야합니다.

- New Year's Day (Friday, January 1, 2016)
- Martin Luther King Day (Monday, January 18, 2016)
- Presidents Day (Monday, February 15, 2016)
- Memorial Day (Monday, May 30, 2016)
- Independence Day (Monday, July 4, 2016)
- Labor Day (Monday, September 5, 2016)
- Veterans Day (Friday, November 11, 2016)
- Thanksgiving Day (Thursday, November 24, 2016)
- Christmas Day (Sunday, December 25, 2016)

*\*\*Please be advised that if you have your daycare holiday closure lists for 2016, you are welcome to fax or e-mail it to us so we can put it in your Evergreen file for our records.\*\**

## Family Daycare에 영향을 미치는 2015 I.R.S 세금법 변경:

\* 원장님께서 2015 년 구입 한 한가지 항목비용이 \$2500 을 넘을경우 그 항목에 한하여 일년에 전체 세금 공제 받을수 있습니다.(보통감가상가는 수년에걸쳐 공제받음) 단 집이나 토지 구입은 이 규칙에 포함되지 않습니다. 이 규칙을 사용하실려면 자신의 세금보고에 사용을 원한다는 서면 진술을 포함해야합니다.

\* Standard Meal Allowance Method: 많은 원장님들께서 에버그린에서 받으시는 상환금이 수입으로 잡히는지 또 세금보고를 하셔야하는지 궁금해하십니다. 이질문의 답은 받으시는 상환금은 수입으로 간주되며 세금보고에 포함되어야합니다. 단 포함이 돼더라도 대부분 또는 더많은 액수로 공제를 받기 손해를 보지않습니다. 몇가지의 공제방법이있지만 Standard Meal Allowance Method 방법은 에버그린에 2015 간 보내진 클레임 서류만 갖고도 공제가 될수있는 방법으로 보통회계사 분들리 사용하시는 종전의 공제사용법보다 간편하며 혜택도 많이 받을수도 있는 방법입니다. 세금보고준비시 꼭 회계사와 이방법에대해 상의 해보세요. 공제받으실수있는 책정된 가격은 식사당 다음과같습니다.

\* \$ 1.31 아침 식사, \$ 2.47 점심 / 저녁 식사 및 \$ 0.73 간식. 아이 당 한 아침 식사, 점심 식사 하나, 하나의 저녁 식사와 하루에 세 간식까지 공제 할 수 있습니다. 단 클레임 기록이 있으실 경우. 에버그린에 한아이당 하루에 3 번의 식사크레임하신원장님은 모든 클레임기록이 에버그린에 남아있기에 Standard Meal Allowance Method 을 사용하실수있습니다.

\* 2015 년 비즈니스 마일 당 공제액수는 \$ 0.575이다. 2016 는 마일 당 \$ 0.54 입니다.

\* 50 % 보너스 감가 상각 규칙 그것은 원래 2014 년 말에 만료되도록 설정되었지만 국세청은 2015 년까지 연장하였습니다. 2015 년에 구입한 새로운 가구, 가전 제품, 놀이기구 및 사무용품등 구입 하였으면 2015 년 일반 감가 상각의 절반을 공제받으실수있습니다.

\* 국세청 은 Saver' Credit 을 받을 수있는 소득 제한을 최대\$ 60,000 불로 재조정하였습니다. 커플보고시 Adjusted gross income 이 \$60,000 그리고 개인보고시 Adjusted gross income 이 \$30,000 입니다.

\* IRS는 주택 개선 (39 년 감가 상각) 또는 수리 (1 년에 공제)이 무엇인지 정의하는 규칙을 완화하였습니다 . 수리는 창문 교체, 나무 나 타일로 바닥 설치 그리고 지붕 교체를 포함 합니다. 내 문서를 참조하십시오.

더 자세한 내용은 <http://tomcopelandblog.com/have-you-bought-something-for-less-than-2500-this-year> 참고하시거나 CPA 에게 상의하  
세요.



**스무디 (SMOOTHIES):** 스무디안에 들어있는 야채나 과일도 크레딧 받으실수있습니다. (단 각야채나 과일의양이 Meal pattern chart 에 맞게제공되었을경우) 또한 스무디에 사용된 우유도 우유로크레딧 받으실수있습니다. CACFP 는 아이들에게 좀더 다양메뉴를 제공하도 보여 주기위해 rule 채인지 배경으로 알렸습니다.



## WHOLE GRAIN:

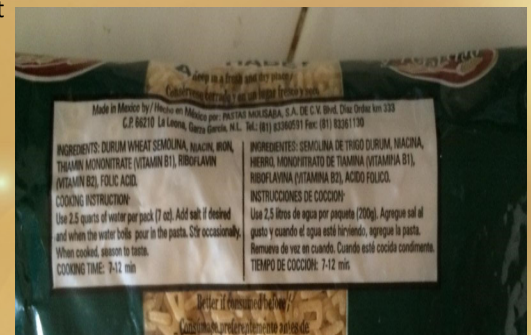
**SEMOLINA:** 쉐모리나는 **듀럼밀**(또는 **마카로니밀**, Durhum, Durham)은 오늘날 가장 널리 소비되는 **밀** 종류 중 하나이다. 야생 밀이 경작되기 시작하면서 유럽 중부와 동쪽에서 기원전 7,000년 전부터 인류의 식량으로 사용된 것으로 알려져 있다.<sup>11</sup> Durum은 라틴어로 딱딱하다는 것을 의미하는 것으로 밀 종류로는 가장 딱딱하다. 단백질과 글루텐 함량이 다른 종에 비해서 상당히 높은 것이 특징이다. 특히 **whole grain pasta (예: macaroni, spaghetti, lasagna angel hair pasta, etc)** 에서 많이 찾아볼수있습니다.



위의 모든 제품은 CACFP 에서 사용이 가능하며 아래의 100% semolina Durum Wheat 제품의 사진을 참고하세요.

상환받을수있는 semolina durum wheat 으로 만들어진 제품의 첫번째 성분의 표기는

“durum wheat semolina”, “whole durum flour” or “whole durum wheat flour” 등으로 되어 있습니다.



Or



**GRITS:** Please be advised that when serving grits, product must be whole-grain or enriched. Check packaging very carefully to ensure the 1<sup>st</sup> ingredient is whole-grain or enriched. In addition, for providers claiming on scannable forms, ensure to write the 1<sup>st</sup> ingredient on your menu or on the back of the Claim Information Form (CIF).

Note: Most grits do not meet requirements for the BREAD/BREAD ALTERNATE component, so we suggest serving it with a slice of whole-wheat bread to receive credit.



For more information on whole grains, please visit our website the location is under the Policies and Regulations tab., CACFP Crediting handbook.

# 2016 년 1 월 영양 교육 시리즈 : 새 해 건강한 당신



원장님들께서는 데이케어 모든 아이들에게 롤 모델입니다. 2016 년 새해를 시작하며 데이케어 아이들이 건강한 식사 습관을 습득하는데 원장님들제공하실수잇는 도움 될만한 팁을 몇개 적어보았습니다.

## 1. 데이케어아이들의 참여

식사준비시 아이들을 참여시키세요. 아이들은 그 과정에서 준비하는 음식을 먹을 가능성이 높아집니다.

## 2. 건강에 좋은 간식을 항상 구비함

건강에 좋은 간식만을 준비하고 제공하면 아이들이 그간식들만을 접하며 먹게됩니다.

## 3. 음료

과일과 야채는 갈아서도 제공할수잇습니다. 스무디 음료는 새로운 과일을 소개하는 재미있는 방법이 될 수 있습니다.

## 5. 롤모델의 역할

최근의 연구에서는 어린 아이의 음식 맛은 선생님 또는 부모님이 좋아하고 싫어하는 음식에 관련되어 있음을 발견되었습니다. 직접 건강한 식단과 음식을 섭취함으로써 아이들에게도 건강한 식사와 음식을 접할수있게 해주세요.

## 6. 포기하지 마세요

근래 대부분의 아이들이 새로운 음식을 시도하기까지 약 5 번에서 10 번의 시각적으로 접하여한다는 연구결과가 나왔습니다. 그러므로 몇번 시고했다 포기하지말고 꾸준히 아이들이 자연스럽게 먹을수있게 노력하여 주세요.

## 7. 건강한 식단 섭취습관을 일찍알려주세요.

현명하고 건강한 식단및 스낵 선택을 할 수 있도록 어렸을때부터 식사와 간식 시간을 사용하여 가르쳐주세요.

출처 : (<http://www.pbs.org/parents/food-and-fitness/eat-smart/encourage-kids-to-eat-healthy-food/>)

# HARVEST OF THE MONTH: SWEET POTATOES

Sweet potatoes are one of the richest plant sources of beta carotene, which converts into vitamin A inside the body. Sweet potatoes are an excellent source of vitamin A and vitamin C. It is also a good source of fiber, vitamin B6, and potassium. Vitamin A helps keep your vision good, fight infections, and keep your skin healthy. Add sweet potatoes to your dishes and kick off the New Year with a healthful plate.



## Recipe for a Sweet-Potato-Oatmeal-Chocolate Chip Granola Bar:

Preparation Time: 30 minutes

Cooking Time: 25-30 minutes

Yield: child-size portions of ½ bar provides the equivalent of ¼ slice of bread towards CACFP meal pattern

- 1 large, fresh sweet potatoes cooked and mashed (see tip below)
- ¾ cup sugar
- ¼ cup canola oil
- ¼ cup low-fat or fat-free plain yogurt
- 1 large egg, beaten
- ¾ cup all-purpose flour and ¼ cup of whole-wheat flour
- 1 ¼ cups of quick-cook oatmeal (not instant)
- 1 tsp of baking soda
- 1tsp ground cinnamon
- ½ tsp ground nutmeg
- 1 cup (6oz of semisweet mini chocolate chips)

### Instructions:

1. Preheat oven to 350 degrees Fahrenheit.
2. Place sweet potato and sugar in large mixing bowl; mash until smooth.
3. Add oil, yogurt, and egg and mix thoroughly.
4. Measure and mix flours, oatmeal, baking soda, and spices in a medium-size bowl.
5. Add dry ingredients to sweet potato mixture and stir just enough to combine.
6. Add chocolate chips and stir to mix.
7. Spray 13"x 9"x 2" baking pan with nonstick cooking spray.
8. Pour batter into pan; smooth out batter evenly in pan and place pan on middle rack in oven.
9. Bake for 25-30 minutes or until lightly brown.
10. Remove from oven and let cool in pan for 8-10 minutes. Cut into bars (4 cuts by 8 cuts) and remove from pan.

Cool before serving.

Variation: Substitute drained, canned sweet potatoes (15-ounce can) for fresh sweet potatoes. Do not use canned, candied sweet potatoes.

*We want to wish the following providers a Happy Birthday!*



Jeanne Yu

Aurora Porsche Reyes-Hoard

Maria Garcia

Karmela Clayton

Josefa Vasquez

Hana Hwang

Brenda De Leon

Yehudit Maouda

Maria Michea

Eun Ja Song

Cheri Dillard

Audrey Kim

Theresa Morse

Dalvanice Lacerda

Mary Huei-Chung Jaw

Myra Shepherd

Maria Pabla Jimenez

Amanda Quintanilla

Suk Lee

Rita Collins

Jolynn Adams

Shura Rafaelov

Elnora Rozell

Rita White

Linda Garrett

Hyo Sook Lee