

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: joinceci@gmail.com

Boletín Informativo Marzo 2017

CALENDARIO DE EVENTOS

03/07/2017 - Distribución del reembolso de enero del 2017.

03/12-28/2017– Semana Nacional del CACFP

RECORDATORIO DEL REEMBOLSO

El reembolso Federal de enero del 2017 fue distribuido si su reclamo fue presentado a tiempo.

Proveedores que reclaman manualmente: Todas las formas de marzo deberán presentarse a no más tardar del 5 de abril del 2017. Si los documentos se presentan en cualquier momento posterior, las reclamaciones de comidas serán consideradas dentro del ajuste tardío



¡Feliz Semana Nacional del CACFP ! 12 al 18 de marzo del 2017

LA BUENA NUTRICION PAGA. Hay miles de personas que se están asegurando de que los niños de edad preescolar en los Estados Unidos estén teniendo acceso a alimentos saludables sobre una base regular y muchos de nuestros vecinos no han oído hablar de él. Esa es la misión de la Semana Nacional del CACFP: aumentar la conciencia en todo el país y alentar a las comunidades a reunirse para aprender y reconocer las muchas maneras en que todos nos beneficiamos del trabajo y la dedicación de los profesionales del CACFP y el programa en sí. ¡No pierda la oportunidad de contarle a alguien sobre el CACFP!

*Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, pos sus siglas en inglés,)

REGLAMENTO DE RETENCIÓN DEL REGISTRO:

Tenga en cuenta que el Reglamento de Retención de Registros establece que todos los proveedores que participan en el Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos (CACFP, por sus siglas en inglés) deben conservar copias de todos los documentos del CACFP durante 4 años. Los proveedores deben mantener sus registros del mes actual, además del año actual y tres años fiscales anteriores. Los registros pasados (con la excepción del mes actual y los 12 meses anteriores) se pueden almacenar fuera del sitio, siempre y cuando sean accesibles dentro de un plazo de tiempo razonable bajo petición. El incumplimiento del requisito de retención de registros se utilizará como base para determinar al proveedor con Deficiencia Seria.

Los proveedores que reclaman en formularios escaneables, deben conservar copias de:

- Informes de renovación de inscripción
- Copias carbonatadas de inscripciones e inscripciones ACTUALIZADAS
- Copias carbonatadas de menús
- Forma para reclamar información (CIF, por sus siglas en inglés)
- Formularios de declaraciones médicas / Formularios de sustitución de leche (si corresponde)
- Formularios de beneficios de comidas (si corresponde)
- Contrato que firmó con Evergreen
- Otros documentos relacionados con el CACFP

Los proveedores que reclamen en línea deben conservar copias de:

- Informes de Renovación de Inscripción
- Formularios de inscripción para niños y formularios de inscripción ACTUALIZADOS
- Formularios de declaraciones médicas / Formularios de sustitución de leche (si corresponde)
- Formularios de beneficios de comidas (si correspond
- Registros de cuándo estaba reclamando en formularios escaneables, antes de reclamar en línea (si corresponde).
- Contrato que firmó con Evergreen
- Otros documentos relacionados con el CACFP

**Evergreen Child Care Inc. (ECCI) y / o el personal del Departamento de Educación de California (CDE, por sus siglas en inglés) pueden solicitar ver el informe de renovación de inscripción para el año en curso y / o formularios de inscripción de cada niño presente al momento de cada visita de monitoreo **

Incumplimiento del Reglamento de Retención de Registros:

Primera ocurrencia: El proveedor que no conserve copias de todos los documentos de CACFP recibirá re-entrenamiento en relación con el Reglamento de Retención de Registros. Además, Evergreen Child Care Inc. (ECCI) emitirá una carta de acción correctiva y se requerirá un plan de acción correctiva. Se puede realizar una visita de seguimiento dentro de 30 días para determinar si el plan de acción correctiva es adecuado.

Segunda ocurrencia: Si el proveedor no cumple con el reglamento de Retención de Registros en visitas posteriores, ECCI iniciará el proceso de Seria Deficiencia y emitirá una carta de Deficiencia Seria. Se requerirá un plan de acción correctiva y se realizará una visita de seguimiento dentro de 30 días para determinar si el plan de acción correctiva es adecuado.

Para Mejores Prácticas:

Le recomendamos que mantenga juntos en un folder, su copia de renovación de inscripción actual, las inscripciones de nuevos niños y cualquier inscripción actualizada (el 1 de octubre del año en curso hasta el 31 de septiembre del año siguiente); Ya que serán sus inscripciones actuales.

Para más información visite: <http://evergreencacfp.org/uploads/14714759052016-ecci-provider-manual.pdf>

MANTEQUILLA DE MANÍ (CACAHUATE) / ALMENDRA:



La mantequilla de maní (cacahuate)/ de almendra es un componente alternativo de carne que comúnmente se sirve a los niños de guardería durante las comidas principales (almuerzo y cena). Tenga en cuenta que para que la mantequilla de maní (cacahuate)/ almendra cumpla con el tamaño mínimo de la porción para las comidas principales (almuerzo y cena), los niños de 3 a 5 años deben ser servidos por lo menos 3 cucharadas y los niños de 6-12 años deben ser servidos por lo menos 4 cucharas. Sin embargo, 3 y 4 cucharadas de mantequilla de maní (cacahuate)/ almendra es demasiado para ser consumido por los niños.

Para recibir crédito al reclamar mantequilla de maní (cacahuate) / almendra para el almuerzo o la cena, debe realizar una de las siguientes acciones:

- Si reclama solamente mantequilla de cacahuate o almendra, para recibir crédito, asegúrese de escribir las cantidades de las cucharas para asegurarnos de que está cumpliendo con el tamaño de la porción de alternativa de carne (Ejemplo: 3 Cucharadas de mantequilla de almendra)
- Si reclama otro componente de alternativa de carne, aparte a la mantequilla de cacahuate/almendra, para recibir crédito, en su menú escriba mantequilla de cacahuate/almendra y el otro alternativo de carne que haya servido (ejemplo: mantequilla de cacahuate y cubitos de queso).

Sugerimos que un segundo alternativo de carne (como cubos de queso o ½ huevo duro) se sirva con una porción más pequeña de mantequilla de maní (cacahuate) o almendra.

ALMUERZO Y CENA- CUCARAS REQUERIDAS PARA LA MANTEQUILLA DE CACAHUATE / ALMENDRA

| 1-2 AÑOS | 3-5 AÑOS | 6-12 AÑOS |
|---|---|---|
|  |  |  |

“SNACKS” (MERIENDAS) – CUCARAS REQUERIDAS PARA LA MANTEQUILLA DE CACAHUATE / ALMENDRA

| 1-2 AÑOS | 3-5 AÑOS | 6-12 AÑOS |
|---|---|---|
|  |  |  |

Por ejemplo, para el almuerzo o la cena, puede servir lo siguiente a niños de 3 a 5 años de edad:

- 1 cucharada de mantequilla de cacahuate y palitos de queso
- Pan de trigo integral
- Puré de manzana
- Zanahorias pequeñas
- 1% o leche sin grasa.

Por ejemplo, para la merienda AM/PM, puede servir lo siguiente a niños de 3 a 5 años de edad:

- 1 cucharada de mantequilla de cacahuate
- Pan de trigo integral

Para obtener más información, consulte el diagrama de patrón de comida publicado en su cocina para los tamaños mínimos de porción por grupo de niños / edad.

INFORMACION DE INMIGRACIÓN: Con la reciente noticia que ha escalado sobre inmigración federal, queremos compartir alguna información importante que le puede beneficiar a usted y sus niños de guardería. Por favor, tenga en cuenta que los sitios de cuidado infantil y preescolar son "lugares sensibles" en los cuales las redadas de inmigración (incursiones de ICE) no pueden ocurrir. El Departamento de Educación de los Estados Unidos publicó una hoja informativa sobre espacios seguros, que incluye el cuidado de niños.

Para obtener más información y para acceder a la hoja informativa, visite: <https://www2.ed.gov/about/overview/focus/safe-spaces-fact-sheet.pdf>



COSECHA DEL MES: AGUACATE

¿Sabías que los aguacates son en realidad una fruta, no una verdura? Muchas personas piensan que los aguacates son vegetales, pero no lo son. El aguacate proviene de un árbol frutal de hoja, de la familia de plantas de flor llamada Laurácea. Hay más de 80 diferentes tipos de aguacate cultivados en California. Sin embargo, el aguacate más común es el aguacate Hass. Más importante aún, es que son una excelente fuente de grasa mono-saturada (grasa más saludable). Las grasas mono-saturadas son nutrientes que ayudan a hacer las células, ayudan a absorber las vitaminas y ayudan a reducir los niveles de colesterol "malo" (colesterol LDL) en su cuerpo y pueden elevar los niveles de colesterol "bueno".

Aquí hay algunas ideas saludables para servir aguacates:

- Use aguacates para hacer salsas de guacamole u otras salsas. Sirva con chips de tortilla de trigo integral al horno, papas al horno o ensaladas.
- Moler los aguacates y extenderlos en sándwiches en lugar de mayonesa.
- Aguacate cortado en cubitos encima de huevos revueltos con pan tostado de trigo integral y 1% o leche sin grasa para un desayuno saludable y delicioso.



Receta "California Stacker":

Ingredientes

- 3 aguacates maduros
- 1 cesta de 16 oz de tomates de cereza
- 1 bolsa de galletas de trigo integral

Modo de empleo:

- Cortar los aguacates a la mitad, quitar la cáscara y el pozo y cortar en cubitos.
- Agregue una cucharada de aguacates en la galleta y un tomate en la parte superior.

Sirva como un sano y refrescante snack AM o PM, con un vaso de leche sin grasa o 1%. Asegúrese de revisar su tabla de alimentos para poder servir la cantidad correcta de porciones por niño / grupo de edad.

Fuente: (<http://harvestofthemonth.cdph.ca.gov>)

SERIE EDUCATIVA NUTRICIONAL DE MARZO 2017: CONSTRUYA HÁBITOS SALUDABLES PARA LAS COMIDAS



Los niños preescolares aprenden mucho de los adultos. Les encanta copiar lo que hacen sus padres y modelos. Simulan los modales en la mesa, la disposición a probar nuevos alimentos y las preferencias. Tómese el tiempo para ayudar a sus niños de cuidado a construir hábitos de comida, saludables.

1. Planear comidas y meriendas

Cuando pre-planee sus menús, ofrezca una variedad de frutas y verduras en su menú. Recuerde, es todo sobre la nutrición de sus niños de guardería. Por lo tanto, planee menús que ofrecen variedad de frutas y verduras durante toda la semana.

2. Hacer las comidas agradables

Coma comidas con sus niños de cuidado siempre que sea posible. Deje que le ayuden a preparar la comida. Haga la conversación sobre algo que los hizo reírse. Mantenga las comidas optimistas y sin estrés.

3. Elija opciones más saludables para la merienda

Sirva una rodaja de tomate con queso bajo en grasa en un pan de trigo integral o agregue mantequilla de maní (cacahuete) a un pan “bagel” 100% de trigo integral.

4. Mantenga las cosas positivas

Hable acerca del color, la sensación o el sabor de los alimentos para que suene atractivo para su niño de edad preescolar. Desaliente a otros a hacer comentarios negativos sobre los alimentos durante las comidas.

5. Desarrollar paladares gustativos

Cuando los preescolares desarrollan el gusto por muchos alimentos, es más fácil planificar las comidas. Tenga en cuenta que puede tomar una docena de intentos para que un niño acepte un nuevo alimento.

6. Visitar el mercado

Las compras pueden enseñarle a los niños acerca de los alimentos y la alimentación saludable. Llévelos con usted al mercado y hablen sobre de dónde vienen los alimentos y cómo crecen.

7. Permita que los niños practiquen a servirse solos

Incluya cortes más pequeños de pescado o carne y ofrezca pequeños utensilios de servir para que reciban lo suficiente durante las comidas. Anímelos a pedir más si todavía tienen hambre.

8. Las bebidas también son importantes

El agua ayuda aplacar la sed de su preescolar, y la leche proporciona nutrientes para el crecimiento. Asegúrese de ofrecer agua en todo momento y leche sin grasa o 1% baja en grasa como opciones de bebidas y limitar ofrecer jugo 100% durante las meriendas y el desayuno a una vez a la semana.

9. Ayúdelos a saber cuándo están llenos

Anime a sus niños a dejar de comer cuando él o ella se sientan lleno/a en vez de cuando el plato está limpio. Cuando un niño no está interesado en la comida, excúselo de la mesa.

10. Recompense con atención, no con dulces o postres dulces

Recompensar a los niños con postres dulces o snacks puede alentarlos a pensar que las golosinas son mejores que otros alimentos. Calme y recompense con cuidado y atención, no con comida.

Fuente: https://choosemyplate-prod.azureedge.net/sites/default/files/tentips/DGTipsheet38BuildHealthyMealtimeHabits_0.pdf

Feliz Cumpleaños

Proveedores de Evergreen

Nadia Battle

Rubilie Castaneda

Graciela Ceja

Sandra Chica

Aida Corona

Monique Duarte

Lenita Exner

Gabriela Garcia-Armenta

Teresa Gevorkyan

Irma Gonzalez

Shelly Gray

Guadalupe Isidoro

Stephanie Jenkins

Eun Ha Kim

Hyei Jin Kim

Heshmat Lotfizadeh

Laura Maldonado

Mariza Mendoza

Diedre Mitchell-Miller

Fani De Moore

Ana Adilia Perez

Brenda Pilcher

Edith Prudhomme

Connie Sue Riemersma

Maria River De Fernandez

Edgar Salazar

Toni Tyre

Linda Williams

Hannah Kyoung Woo

Sylvia Zamora

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por:

(1) correo: U.S. Department of Agriculture

Office of the Assistant Secretary for Civil Rights

1400 Independence Avenue, SW

Washington, D.C. 20250-9410;

(2) fax: (202) 690-7442; o

(3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.