

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 Junio 2017

CALENDARIO DE EVENTOS

06/06/2017 - Distribución del reembolso de abril del 2017.

RECORDATORIO DEL REEMBOLSO

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

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

¡TERCER AVISO- NUEVOS CAMBIOS DE PATRONES DE COMIDA ESTÁN SERCA!

USDA revisó recientemente los patrones de comidas del CACFP para asegurar que los niños y adultos tengan acceso a comidas sanas y equilibradas durante el día. Bajo los patrones actualizados de comidas para niños y adultos, las comidas servidas incluirán una mayor variedad de verduras y frutas, más granos enteros y menos azúcar añadido y grasa saturada. Los cambios realizados en los patrones de comidas se basan en las Guías Alimentarias para los estadounidenses, las recomendaciones científicas de la Academia Nacional de Medicina y el aporte de las partes interesadas. Los centros de CACFP y los hogares de cuidado infantil deben cumplir con los patrones de comidas actualizados antes del 1 de octubre de 2017.

Tenga en cuenta que durante la formación anual obligatoria de este año cubriremos todos los cambios. Sin embargo, para obtener una ventaja, cubriremos los cambios en los patrones de comidas del CACFP en nuestros boletines durante los próximos 4 meses, cada mes se discutirán diferentes temas. Los meses y temas discutidos serán:

TEMAS DE ABRIL: Mayor variedad de hortalizas y frutas; Menos azúcar añadido

TEMAS DE MAYO: Comidas apropiadas para la edad; Haciendo cada cuenta del sorbo; Mejoras Adicionales

TEMAS DE JUNIO: Más granos enteros; Más Opciones de proteínas.

TEMAS DE JULIO: Comidas Infantiles

Temas de este Mes

Más granos enteros (A partir de octubre 1, 2017)

A partir del 1 de octubre de 2017, los proveedores estarán obligados a servir al menos UN producto de granos integrales enteros (GE), como una de sus porciones de granos al día. Por favor, tenga en cuenta, si usted no sirve por lo menos un producto de granos integrales en su menú por día, automáticamente se le descalificará una comida para ese día.

Para recibir crédito:

Proveedores que reclaman en formularios escaneables: Especifique el primer ingrediente de TODOS sus productos de granos en sus menús. Puede abreviar su primer ingrediente de sus granos (GE=Grano Entero). Por favor, tenga en cuenta, cuando abrevie el primer ingrediente, asegúrese de marcar con un círculo la



abreviatura. Recomendamos encarecidamente destacar el primer ingrediente, para que resalte. Si está usando tortilla, especifique el ingrediente primero y la marca de su tortilla que va a usar.

Ejemplo: →

Group									
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10									
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10									
FOOD SERVED					CHILDREN SERVED				
4	●	Pan tostado	GE	B	1	●	3	4	
12		Naranjci		FV	5	●	6	11	12
16		Leche 1%		M	13	14	15	16	20
24				M	17	18	19	20	24
28				M	21	22	23	24	28
32				MM	25	26	27	28	32
32				MM	29	30	31	32	
4	●	Queso		M	1	●	3	4	
8				B	5	●	6	11	12
12				B	9	●	10	11	12
16				FV	13	14	15	16	20
24		Manzana		M	21	22	23	24	28
32				M	25	26	27	28	32
32				MM	29	30	31	32	
4	●	Pavo		M	1	●	3	4	
12				B	5	●	6	11	12
16		Tortilla de Arinca	MISSION	B	9	●	10	11	12
24		Aguacate		FV	17	18	19	20	24
32		Sandia		FV	21	22	23	24	28
32		Leche 1%		M	25	26	27	28	32
32				M	29	30	31	32	

Más Opciones de Proteínas (A partir del 1 de octubre de 2017)

Los sustitutivos de carne y carne se pueden servir en lugar del componente de granos entero en el desayuno por un máximo de tres veces por semana.

Ejemplo de menú:

- Huevo (Carne/ Alternativo de carne)
- Bayas mixtas
- Leche 1%



Tofu cuenta como alternativa de carne (A partir del 1 de octubre de 2017)

- Tofu debe ser visiblemente reconocido como un sustituto de la carne.
- El tofu no es acreditable para las edades de los niños de 0 a 11 meses.
- Tofu debe cumplir con el requisito de proteína: 5 gramos por 2.2 onzas de peso.
- Tenga en cuenta: le mostraremos cómo calcular la proteína para tofu en folletos adicionales y durante el taller.

Tofu no es acreditable cuando:

- Tofu en batidos *(licuados)
- Tofu utilizado para agregar textura o mejorar los nutrientes en los alimentos.
- Tallarines (pastas) de tofu (no fácilmente reconocido como sustituto de la carne).
- Tofu casero (tofu y productos de soja no-comerciales, no estandarizados).

RESULTADOS COMUNES EN LOS REPORTES DE ERROR:

Por favor, tenga en cuenta, reclamar más de 3 comidas por niño al día y tener errores repetitivos en los informes de errores puede conducir a una **Deficiencia Grave**. Asegúrese de que usted está reclamando sólo 3 comidas por niño día (una comida principal y dos aperitivos O dos comidas principales y un aperitivo). Además, es responsabilidad del proveedor verificar su informe de error de reclamo mensual una vez que esté disponible, para evitar errores repetitivos.

¿CÓMO PUEDO ACCEDER A MI INFORME DE ERROR?

Proveedores que reclaman en KidKare: En la barra de herramientas lateral, seleccione INFORMES> DESDE EL MENÚ ABAJO, SELECCIONE DECLARACIONES DE RECLAMO> RESUMEN RECLAMADO Y ERROR> SELECCIONE EL MES QUE DESEA REVISIÓN> HAGA CLIC EN EL BOTÓN RUN.

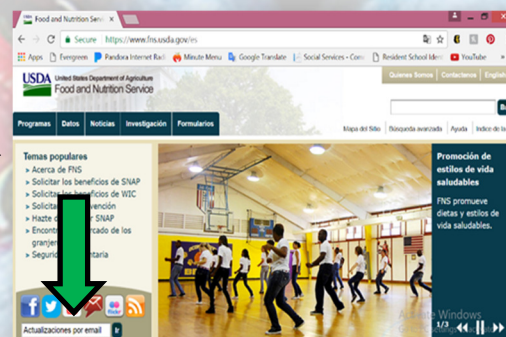
Proveedores que reclaman en Webkids: HAGA CLIC EN RECLAMOS DE REVISIÓN (IMAGEN DE NIÑOS JUGANDO EN LAS BARRAS)> SELECCIONE EL MES QUE QUIERE REVISAR> HAGA CLIC EN DETALLES> SELECCIONE INFORMES> CLICK RESUMEN DE RECLAMOS Y ERROR

Proveedores que reclaman en formularios escaneables: Usted recibirá su informe de error por correo junto con el Formulario de Información de Reclamo (CIF) alrededor del 12 de cada mes.

Si tiene alguna pregunta sobre su informe de error, no dude en llamarnos al 213-380-3850. Estamos abiertos de lunes a viernes de 8:30 am a 5:00 pm.

CUESTIONES DE SEGURIDAD ALIMENTICIA/ ALIMENTOS REMOVIDOS:

Manténgase actualizado con los problemas más recientes de seguridad alimenticia y con informes de comidas removidas por el departamento de Servicio de Seguridad e Inspección de Alimentos (FSIS) del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA).



Para suscribirse a las noticias e informes de alimentos removidos, visite: <https://www.fns.usda.gov>, verá una sección para registrarse en las actualizaciones por correo electrónico. Ingrese su correo electrónico, información necesaria y elija la seguridad de los alimentos. Una vez que elija la seguridad de los alimentos, puede hacer clic en "Suscribirse".

COSECHA DEL MES: SANDIA



¿Sabías que la sandía es el melón más común que se consume en América? Seguido por, melón cantalupo. He aquí un fragmento de la historia: Cristóbal Colón trajo las primeras semillas de melón a América del Norte en su segunda expedición, mientras que las sandías llegaron con esclavos africanos. Hay cuatro variedades principales de sandías: todo dulce, caja de hielo, sin semillas y carne amarilla. Más importante aún, son una gran fuente de carotenoides. Los carotenoides son pigmentos amarillos, anaranjados y rojos sintetizados por las plantas. Los estudios muestran que los carotenoides funcionan como antioxidantes al proteger el cuerpo de los radicales libres y pueden ayudar a proteger el cuerpo de algunas enfermedades. Aquí hay una gran receta para agregar a su merienda AM o PM:

Salsa de sandía:

Rinde 8 porciones (1/2 taza por porción)

Tiempo de preparación: 15 minutos

Ingredientes:

- 3 tazas de sandía sin semillas y picadas
- ½ cebolla mediana, picada.
- ½ pimiento rojo picado
- 1 cucharada chile jalapeño sin semilla, picado.
- 2 cucharadas de cilantro fresco picado.
- 2 cucharadas de jugo de lima.
- 1 cucharada de aceite vegetal.

Direcciones:

- Combine todos los ingredientes en un tazón mediano.
- Mezclar bien
- Cubra y refrigere durante 1 hora para permitir que los sabores se mezclen.

** Sirva con Tostitos de tortilla de maíz de grano entero para una refrescante merienda de verano. ***

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

JUNIO 2017 SERIE DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL



Las meriendas pueden ayudar a los niños a obtener los nutrientes necesarios para crecer saludables. Prepare bocadillos que incluyan 2 o más grupos de alimentos. Ayúdalos a obtener solo lo suficiente para satisfacer su hambre. Deje que los niños mayores escojan los bocadillos para el día siguiente manteniendo sólo alimentos saludables en la cocina.

1. Ahorre tiempo cortando verduras

Corte sus verduras con anticipación y guárdelas en el refrigerador. Puede servirlos con hummus (crema de garbanzo). Haga una pizza saludable cubriendo la mitad de un muffin inglés de trigo integral con salsa de espagueti, verduras picadas y queso mozzarella bajo en grasa. Tostarlo en el horno tostador hasta que el queso se derrita.

2. Mezclar

Haga su propia mezcla de nueces agregando nueces sin sal, almendras, anacardos con frutos secos y avena. Puede servirlo con yogur sin grasa

3. Sirva aperitivos con componentes de proteína.

Hierva los huevos y sirva con galletas de trigo integral para su merienda PM o utilícelo para hacer un bocadillo de ensalada de huevo con pan integral. Recuerde que los huevos duros se pueden almacenar en el refrigerador por hasta 1 semana.

4. Servir frutas es rápido y practico.

Las frutas frescas, congeladas, secas y enlatadas, como la compota de manzana, son rápidas y fáciles de preparar para un aperitivo por la mañana o la tarde. Ofrezca fruta entera y limite la cantidad de jugos del 100% que usted sirve. Elija las frutas enlatadas que son más bajas en azúcares añadidos.

5. Intercambiar el azúcar

Mantenga alimentos más saludables en su cocina para que los niños eviten comer galletas, pasteles, bollos dulces. El agua debe estar disponible para los niños en todo momento. Vista su agua agregando rodajas de naranja o fresas frescas para ese sabor refrescante.

Fuente: <https://choosemyplate.gov>

Feliz Cumpleaños

Proveedores de Evergreen

Antonia Trumbull

Annie Heath

Vijay Chandra

Bettye Wilson

Fanny Mel

Inna Furer

Anna Jae Kim

Ana Navidad

Margarita Hernandez

Elsa Imelda Arango

Jeanne Shamji

Belinda Vinh

Olga Mera

Isabel Mata

Paula Anette Benton

Sheila Johnson-Wright

Svetlana Kovshilovskaya

Carnetta Randall-Cyphers

Gloria Cortez-Moreno

Jea Kim

Karine Movsesyan

Ave Maria Hamer

Narine Karibyan

Moon Joo Jo

Debra Wooten

Sigalit Redfield

Maria Mendoza

Eboni Allen

Iris Mendes

Kristine Mesropyan

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.