

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

March 2018 Newsletter

CALENDAR OF EVENTS

03/07/2018 – January 2018 Reimbursement Disbursement.

REIMBURSEMENT REMINDER

The January 2018 Federal reimbursement was disbursed if your claim was submitted on time.

Manual Claiming Providers: All March meal claim forms must be submitted by no later than April 5, 2018. If documents are submitted anytime later, meal claims will be considered a late (adjustment) claim.



Happy National Nutrition Month

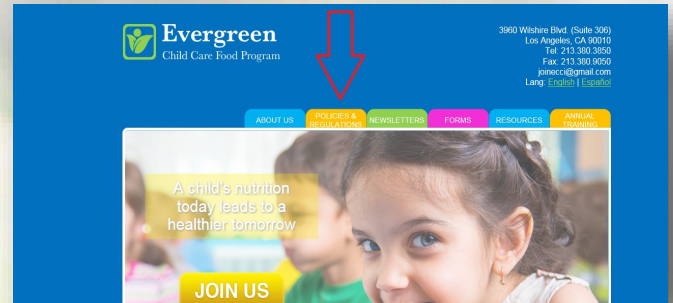
이번달 3/11 부터 17 일까지는 연방정부에서 정한 CACFP 주간입니다. 프로그램에 참관하시는 모든 데이케어 원장님께 이번달을 통해 감사의 말씀을 드립니다.

WHAT IS CACFP WEEK?

CACFP(Child and Adult Care Food Program) 주간은 전국 CACFP 스폰서 협회(National CACFP Sponsors Association)이 매년 3 월 3번째 주간에 실시하는 캠페인으로써 CACFP의 교육과 알리를 목적으로 하고 있습니다. 캠페인은 USDA의 CACFP 프로그램이 어떻게 굶주림 퇴치를 위해 노력하는지에 대한 인식을 높이기 위해 고안되었습니다. CACFP는 육아 센터, 가정 및 방과후 아동 프로그램등의 아이들과 어른들에게 건강한 식단을 제공하고 있습니다. (Source: www.cacfp.org)



UPDATED PROVIDER MANUAL: 에버그린 Provider Manual 이 새로이 업데이트 되었습니다. 현재는 영문으로만 제작되었지만 앞으로 한글 번역판도 제작될 예정입니다. 새로이 제작된 Provider Manual 은 에버그린사이트에서 찾아보실 수 있습니다. 아래의 그림을 참고하세요.

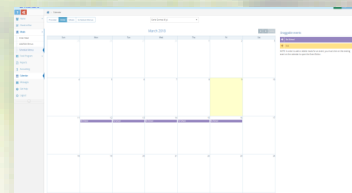
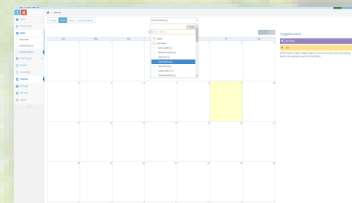


SCHOOL AGE NOTE: 봄 방학 동안 데이케어에 다니는 school-age 어린이가 있습니까? 그렇다면 AM 스낵 및 점심 식사에 대한 상환을 받으려면 다음을 수행해야 합니다.

서류 클레임시: Claim Information Form (CIF)의 하단 부분에 있는 "List all School aged child who attend AM and/or Lunch" 칸을 작성하십시오. 추가 공간이 필요하면 CIF의 뒷면을 사용하시고 기입하실때 아이의 번호, AM Snack & Lunch 가 제공된 사유 그리고 제공된 날짜를 기입하세요.

Example for March 2018 Claim: Child #2 Linda Smith (spring break) 03/26-3/30/18

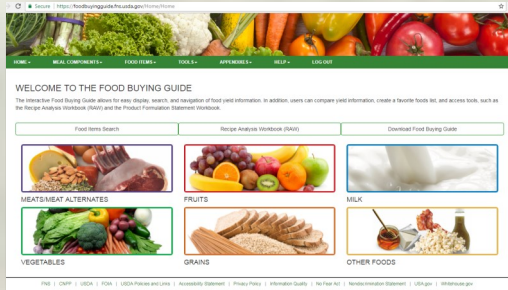
온라인 클레임시: AM Snack and Lunch 식사체크시 꼭 "school out" box 를 체크하셔야 합니다.



FOOD BUYING GUIDE (FBG):

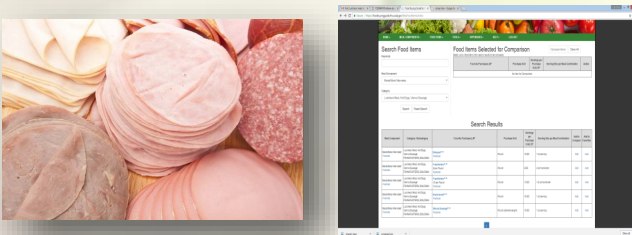
What is the Food Buying Guide?

FBG는 CACFP에서 사용 가능한 식단 음식구성원을 검색하여 볼수있는 웹베이스 도구 이며 자료입니다. 또한 FBG는 CACFP 프로그램에서 요구하는 최소 서빙 크기를 충족시키기 위해 구매하는 각 제품이 얼마만큼의 양을 제공하는지 알려주기도 합니다.



You may access the FBG via USDA website: <https://foodbuyingguide.fns.usda.gov/>

LUNCHEON MEATS IN THE CACFP:

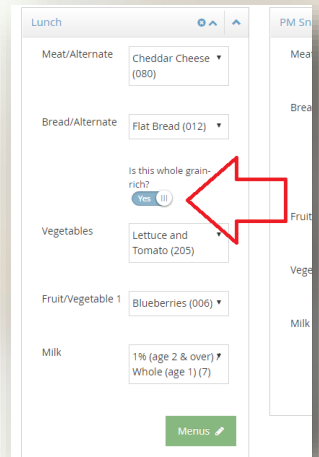


CACFP 에 상환가능한 (Luncheon Meat) 가공 고기 종류는 무엇입니까? Luncheon Meat은 샌드위치 용 슬라이스로 판매되는 고기입니다. (예: Ham, turkey ham, roast beef, turkey breast, bologna, salami, and pastrami). 상환이 가능한Luncheon Meat 은 Food Buying Guide 에서 찾으실수 있으며 혹시라도Food Buying Guide 에서 찾지못하는 제품은 Child Nutrition(CN) Label and/or Food Formulation Sheet 이 있는 제품만 상환이 가능합니다. Luncheon Meat 에 관하여 더 궁금하신 점은 에버그린으로 연락주십시오.

WHOLE-GRAIN ON KIDKARE:

아직도 몇몇 데이케어에서는 Whole Grain 제품을 사용않하시던지 아님 제공하셨더라도 메뉴에 표시를 안하시는 분들이 계십니다. Whole Grain 제품 제공은 규칙인 관계로 준수 하시지 않으면 상환금에 혜택을 받지못하시며 Serious Deficiency 로 간주될수도 있습니다.

KidKare 클레임시: WHOLE-GRAIN RICH곡물이 제품을 제공할시 메뉴에 대해 " WHOLE-GRAIN RICH곡물 제품입니까?"라는 질문에 "Yes"를 클릭하십시오.



INFANT MENU:

2017 년 10 월 1 일부터 유아 (0-11 개월)에게 계란 제공시 전체 (Whole egg)를 제공 하셔야 합니다. 달걀 노른자만 제공할경우 식사를 더이상 상환을 받지못하십니다. 메뉴에 꼭"whole egg" 이라 적어 주세요.

PROCESSED FOOD LIST: 아래의 상품인 "Hillshire Farms Naturals Slow Roasted Turkey Breast" 이 고기종류로 상환가능합니다. 단 2 ounces 제공시 1 ounce 로 크레딧받습니다. 제공 양에 관한 자세한 내용은 에버그린으로 연락주세요.



HARVEST OF THE MONTH: STRAWBERRIES

이번달 수확은 딸기 입니다. 딸기가 액세서리 과일로 알려져 있다는 것을 알고 계셨습니까? 이것은 장미과에서 *Fragaria* 속에서 나온 것이기 때문입니다.



여기 약간의 역사가 있습니다. 유럽의 탐험가들은 1588 년 북미에서 버지니아에 해변에 상륙한 후 딸기를 발견했습니다. 딸기는 비타민 c의 훌륭한 공급원입니다. 아시는 바와 같이 비타민 c는 산화 방지제 역할을합니다. 즉 산화 작용으로 인한 세포 손상을 줄이는 데 도움이 될 수 있고 또한 퇴행성 질환, 특정 암 및 심혈관 질환의 예방과도 연관될 수 있습니다. 불행히도 우리 몸에서는 비타민 c를 생산할 수는 없지만 딸기등의 과일 또는 야채 섭취를 통해 비타민 c를 제공할수 있습니다. 딸기를 구입할 때 다음과 같은 구매 팁이 있습니다.

Shopper tips:

- 자연스러운 빛, 풍부한 붉은 색, 밝은 녹색 꼭지 및 달콤한 냄새가 나는 딸기를 찾습니다.
- 씻지 않은 딸기는 냉장고에서 약 3 일 동안 보관 가능합니다.
- 서빙하기 전에 찬물로 씻은후 녹색 꼭지가 부착된채 제공하세요.
- 냉동 딸기구입시 설탕이 첨부되지 않은 것을 구입하세요.

STRAWBERRY BANANA

OATMEAL:



Serves: 12

Preparation time: 15 minutes

Serving Size: about ½ cup per child

Ingredients:

- 7 ½ cups of water
- 4 ½ cups of quick cooking oats
- 30 fresh strawberries stemmed and finely chopped.
- 3 bananas finely chopped
- 3 teaspoons ground cinnamon
- 1 ½ teaspoons of brown sugar
- 6 teaspoons of vanilla extract
- 6 tablespoons of raisins

How To:

1. 물과 Oats(귀리)를 냄비에 넣고 끓으십시오.
2. 중간 열에 약 1 분 정도 요리하고 가끔 저어줍니다.
3. 딸기, 바나나, 계피, 갈색 설탕 및 바닐라를 냄비에 첨가하십시오.
4. 커버를 빼고 두껍고 크림 같이 될때 까지 5 분 동안 놓아 둡니다.
5. 아이들 연령층에 맞게 양을 준비하신후 건포도로 Topping을 합니다. 따뜻할때 제공하세요.

우유와 같이 제공하세면 훌륭한 아침 식사 메뉴가 됩니다.

** 오토밀은 whole-grain rich 입니다 **

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

Recipe: (<http://eatfresh.org/recipe/breakfast/strawberry-banana-oatmeal#.Wpc8M7ynEdU>)

MARCH 2018 NUTRITION EDUCATION SERIES:

You have the Power!



데이케어 제공자로서, 당신은 아이들의 롤 모델입니다. 아이들은 당신을 보고 많은 것을 배웁니다. 롤모델이되어 건강한 생활 습관을 조성하여 주셔서 아이들이 가정에서도 건강한 식습관을 유지할수 있도록 도와 주세요. 데이케어 음식과 신체 활동 모두에서 건강에 좋은 선택을 할 수 있도록 교육 하여 주세요.

Providers can:

아이들이 집에서 과일과 채소를 쉽게 접할수있게 교육하여 주세요.
모든 식사 및 간식에 과일 및 / 또는 채소를 포함합니다.
한달동안 여러 차례 새로운 과일과 채소를 제공하십시오. 야채나 과일제공시 여러가지 다른 방법으로 제공하여 데이케어 아이들이 가장 좋아하는 제공방식을 찾아보시고 그렇게 제공하세요.

tv 시청 시간 을 하루 2 시간 이내로 제한하십시오.
모든 교실에 tv를 두지 마십시오.

Kids can:

데이케어 메뉴에 추가 할 과일과 채소의 선택에 도움을 줍니다.
비 식사 시간에 과일과 채소를 먹고 싶다고 요청하세요.
새로운 음식을 시도 하여 그음식들이 좋은지 않좋은지를 알려주세요. 그리고 좋던 않좋은 여러번 시도해보세요. 않좋은 음식도 여러번 시도하면 좋아할수도 있습니다.

tv 시청 시간동안에도신체 활동을 할수있게 휴식을 갖으세요. 신체 활동이 많을수록 좋습니다.

(Source: www.CAchampionsforchange.net)

Happy Birthday *Evergreen Providers!*

Nadia Battle

Rubilie Castaneda

Graciela Ceja

Sandra Chica

Aida Corona

Monique Duarte

Lenita Exner

Anna Galystan

Gabriela Garcia-Armenta

Teresa Gevorkyan

Shelly Gray

Stephanie Jenkins

Eun Ha Kim

Hyei Jin Kim

Yong Jin Kwon

Heshmat Lotfizadeh

Laura Maldonado

Mariza Mendoza

Diedre Mitchell-Miller

Fani De Moore

Ana Adilia Perez

Brenda Pilcher

Edith Prudhomme

Connie Sue Riemersma

Tameka Runnels-Gibson

Edgar Salazar

Toni Tyre

Linda Williams

Hannah Kyoung Woo

Sylvia Zamora

In accordance with Federal civil rights law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, the USDA, its agencies, offices, and employees, and institutions participating in or administering USDA programs are prohibited from discriminating based on race, color, national origin, sex, disability, age, or reprisal or retaliation for prior civil rights activity in any program or activity conducted or funded by USDA.

Persons with disabilities who require alternative means of communication for program information (e.g. Braille, large print, audiotape, American Sign Language, etc.), should contact the Agency (State or local) where they applied for benefits. Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. Additionally, program information may be made available in languages other than English.

To file a program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, (AD-3027) found online at: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, and at any USDA office, or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by:

(1) mail: 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; or

(3) email: program.intake@usda.gov.



This institution is an equal opportunity provider.