



Recordatorios del Programa

October 2018 Annual Child Enrollment Renewal



Las hojas de trabajo de renovación de inscripción infantil 2018-2019 y Las instrucciones se enviarán por correo el 8 de octubre de 2017.

Asegúrese de leer detenidamente las instrucciones y devolver las hojas de trabajo actualizadas y firmadas antes de la fecha límite del 31 de octubre de 2018.

Las hojas de trabajo de renovación de inscripción se utilizan para volver a inscribir todos los niños existentes a partir del 1 de octubre de 2018 y son válidos hasta el 31 de octubre de 2019. **Los padres deben firmar y poner la fecha de renovación de inscripción en el mes de octubre.**

IMPORTANTE: Cualquier niño NUEVO que se inscriba después del 1 de octubre debe inscribirse como lo hace normalmente enviando un formulario de inscripción firmado (incluso si su nombre aparece en la hoja de trabajo de renovación de inscripción).



Plazos Reclamo September

Web Kids: Enviar por tarde Octubre 1

Enrollment Forms: Recibidas por tarde Octubre 5



En Movimiento!

Esta actividad usa 2 dados, que pueden estar hechos de madera o cartulina. Este juego es fácilmente adaptable para exteriores o interiores en un día lluvioso y puede acomodar cualquier cantidad de niños. En un dado, escribe una acción como saltar saltos, saltar en un pie, toques de dedos, círculos de brazos, sentadillas, patadas de talón en cada uno de los seis lados. En el otro dado, escribe los números. El nivel los números puede variar, usando números más grandes al construir los dados para niños mayores.



Una vez que se crean los dados, haga que los niños formen un círculo con los dados en el medio. Cada niño se turna para tirar los dados y luego todos los niños realizan la acción que se muestra en el dado por la cantidad de veces que se muestra en el otro (por ejemplo, sentadillas y 8, todos los niños hacen 8 sentadillas).



Recordatorio del Patrón de Comidas



Requisito de granos enteros-enriquecidos

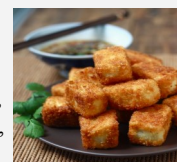
Cada día, al menos uno de los componentes del grano de una comida o refrigerio DEBE ser "rico en granos enteros". Los alimentos ricos en granos enteros se deben ofrecer al menos UNA VEZ POR DÍA, no una vez por comida / refrigerio. En el CACFP, granos enteros-enriquecidos significa que al menos la mitad de los ingredientes del grano en un alimento son granos enteros, y los granos restantes son granos enriquecidos, salvado o germen. Este es un requisito solo para niños y no para bebés.

No todas las comidas requieren el componente de grano, como un refrigerio cuando se sirven 2 de los otros componentes o el desayuno si el componente de grano se reemplaza con un sustituto de carne / carne. Sin embargo, si se sirve el componente de grano, debe haber al menos una comida o refrigerio ese día en que el grano sea grano entero enriquecido. A partir del 1 de octubre de 2018, si se sirven uno o más componentes de granos pero no están marcados como ricos en granos enteros, no se permitirá la comida con el reembolso más bajo que incluya granos (por ejemplo, si sirve desayuno y un bocadillo con componente de grano, no se pagará el bocadillo).

Algunos artículos ya están designados en KidKare como ricos en granos enteros (es decir, avena, arroz integral, quinua, etc.) Deberá indicar otros elementos tales como espaguetis, tortillas y pan como ricos en granos enteros deslizando la barra de alternar a sí para indicar que es un artículo de granos enteros enriquecidos.

Ahora puedes servir Tofu como un sustituto de carne

A partir del 1 de octubre de 2018, ahora puedes servir Tofu como un sustituto de carne. El tofu es una gran fuente de proteínas para aquellos que buscan una alternativa de carne, y también es rico en calcio, hierro y no contiene colesterol. Además, es económico (generalmente \$ 2 por bloque, que rinde 4-5 porciones), lo que significa que funciona bien con un presupuesto. ¡Además es tan versátil! Cocinar tofu es muy similar a cocinar pollo, y hay varias maneras diferentes de usarlo. Prueba el tofu a la parrilla, al horno, salteado, desmenuzado o crudo.



Las comidas servidas a través del CCFP son una oportunidad para que los niños aprendan y coman comidas sanas y equilibradas, por lo tanto los niños deben reconocer fácilmente los alimentos como parte de un grupo alimenticio que contribuye a una comida saludable. Las comidas elaboradas con tofu que no se reconocen fácilmente como sustitutos de la carne no son reembolsables. Por ejemplo, el tofu mezclado en una receta, como una sopa o un licuado, no sería un sustituto de comida reconocible, por lo que no calificaría como un sustituto de la carne.

Crispi Tofu Dippers

Un paquete de 14oz de tofu extra firme, prensado y escurrido,
cortado en pedazos del tamaño de un bocado
2 cucharadas de almidón de maíz
1/4 taza de harina de maíz
1/4 taza de queso parmesano rallado
Aceite de oliva
Salsa: Marinara, Ketchup o Barbacoa

Direcciones:



Paso 1: mezcle almidón de maíz, harina de maíz y queso parmesano
Paso 2: coloque las piezas de tofu en la mezcla y mezcle bien
Paso 3: caliente 1-2 cucharadas de aceite de oliva en una sartén a fuego medio-alto. Mezcle las piezas de tofu recubiertas en la sartén caliente. Cocine por todos lados hasta que esté crujiente y dorado. Sirve con la salsa deseada.
Numero de porciones: 6

CONGRATULATIONS!
Providers of the Month
D'AUN PENCE
MAUREEN HINCHBERGER

Minute Menu Magic



| <i>All Day with</i> | | <i>All Day with</i> | | BREAKFAST | |
|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|--|--|-----------------------------|
| D'AUN PENCE | MAUREEN HINCHBERGER | | | <i>*Cottage Cheese Breakfast Parfait</i> | <i>*Butternut Squash-</i> |
| English Muffins | Sausage, Pancakes | Corn Tortillas | | <i>Cottage Cheese</i> | <i>Apple Muffins</i> |
| Cantaloupe | Peaches | Black Beans | | <i>Pears & Dried Apricots</i> | Oranges |
| 1% Milk | 1% Milk | 1% Milk | | 1% Milk | 1% Milk |
| SNACK | | | | | |
| Cucumbers | Blueberries | Tomato, Basil & | | Avocado | Edamame |
| Hi-Ho/Ritz Crackers | Quinoa | Mozzarella Cheese | | Corn Tortilla Chips | Cherry Tomatoes |
| LUNCH/DINNER | | | | | |
| Scrambled Eggs | Chicken Breast | <i>*Honey Mustard Pork Chops</i> | | Meatloaf | Tuna Salad and Gouda Cheese |
| Whole Wheat Bread | Egg Noodles | Brown Rice | | Dinner Rolls | Whole Grain Rye Bread |
| Hash Browns | Green Beans | Steamed Mustard Greens | | Winter Squash | Minestrone Soup |
| Mandarin Oranges | Apricots | Wax Beans | | Apple Slices | Broccoli with ranch dip |
| 1% Milk | 1% Milk | 1% Milk | | 1% Milk | 1% Milk |

| | | | |
|--|--|--|--|
| W E E K L Y G R O C E R Y L I S T | Refrigerated 1% Milk Eggs Mozzarella, Cottage, and Gouda Cheese | Meat Pork Chops Ground Beef Chicken Breasts Sausage |  <p>Cottage Cheese Breakfast Parfait 16oz. Cottage Cheese 4 large Pears, peeled and sliced, divided 8 oz. dried Apricots, finely chopped 1/2 tsp. Nutmeg, divided 1 C toasted whole Oats, divided</p> <p>Toast oats over medium heat in a skillet until just starting to brown. Set aside. Combine cheese, apricots, and 1/4 tsp. nutmeg. Sprinkle remaining nutmeg over pear slices. Using 1/2 of the cottage cheese mixture, divide between 8 see-through serving glasses. Using 1/2 the pear slices, divide between the 8 glasses. Using 1/2 the Oats, divide between the 8 glasses.</p> <p>Repeat with cottage cheese, pears, and oats. Serves 8, 3-5 years <i>Source: adapted from a Bob's Red Mill recipe</i></p> <p>Honey Mustard Pork Chops 4 top loin Pork Chops 1/3 C Orange Juice 1 T Soy Sauce 2 T Honey Mustard</p> <p>Cook pork chops in the large non-stick skillet over medium-high heat to brown one side of the pork chops. Turn chops. Add the rest of the ingredients and stir. Cover the pan and lower the heat. Simmer for 6 to 8 minutes until chops are done. Serves , 3-5 years <i>Source: What's Cooking USDA Mixing Bowl</i></p> <p>Butternut Squash-Apple Muffins 2 C Whole Wheat Pastry Flour 2 Eggs 1/2 C Sugar 2 C pureed Butternut Squash 1 T Pumpkin Pie Spice 1/3 C Canola Oil 1 tsp. Baking Soda 1 large Apple peeled and chopped chopped 1 tsp. Baking Powder 1/4 C chopped Walnuts 1/4 tsp. Salt Nonstick spray</p> <p>Preheat oven to 350°. Line 2 baking tins with paper baking cups. Mix flour, sugar, baking soda, baking powder, spice, and salt in large mixing bowl. In another bowl, slightly beat eggs and mix in pureed squash and oil. Stir into dry ingredients and mix lightly. Gently fold in the chopped apple and chopped walnuts. Fill muffin cups 3/4 full. Bake 25-30 minutes until done. Serve warm. Serves 24, 3-5 years. <i>Source: Nutrition For Kids Blog</i></p> |
| | Frozen 100% Orange Juice Hash Browns | Produce Blueberries Apples Oranges Peaches Pears Mandarin Oranges Mustard Greens Cucumbers Avocado Green Beans Tomatoes Basil Winter Squash Broccoli Edamame Cantaloupe Butternut Squash Apricots | |
| | Packaged/Canned Corn Tortillas Quinoa Tuna Honey Mustard Whole Wheat Bread Minestrone Soup Dried Apricots Hi-Ho/Ritz Crackers Whole Grain Rye Bread Corn Tortilla Chips English Muffins Whole Wheat Pastry Flour Pumpkin Pie Spice Wax Beans Black Beans Brown Rice Egg Noodles Walnuts Dinner Rolls | <p style="text-align: center;">Happy Halloween</p>  | |