



Recordatorios del Programa

Evitando Errores de Sobrecapacidad

Los errores repetidos de exceso de capacidad en su reclamo pueden ponerlo en una deficiencia grave y pueden requerir que los informemos a la licencias, por lo que es importante conocer sus reglas de capacidad para los niños en edad escolar, preescolares y bebés.

Capacidad Pequeña

Si cuida a 6 niños: puede cuidar solamente a 4 bebés * o puede cuidar 3 bebés * y 3 niños de 2 años de edad o mayores. Puede aumentar a 8 al adicionar al anterior esquema 2 niños que deben estar en edad escolar (5-6 años o más), uno de los dos niños puede ser de 5 años mientras asista a TK (kinder o transición a Kinder)

Si cuida 8 niños: puede cuidar mas de 2 bebés, 4 niños de 2 años o mayores y 2 niños en edad escolar (5 y 6 años o mayores atendiendo kinder/escuela)



Capacidad Grande

Si cuida a 12 niños, puede cuidar hasta 4 bebés y ocho niños que tengan al menos 2 años de edad. Si toma dos niños adicionales (14 niños), deben estar en edad escolar (6 años o más), sin embargo, uno de los dos niños puede ser menor de 6 años mientras asistan a TK (transición a Kinder) o Kinder). Con 14 niños no puede cuidar mas de 3 bebés, 9 niños mayores de 2 años y 2 en edad escolar.

*Infante/bebé= menor de 2 años

Fechas Limite Noviembre

Web Kids: Enviar por tarde Diciembre 1

Formas de registro: Recibidas por tarde Diciembre 5



En Movimiento



Carrera de bolas de nieve!

El clima frío del invierno no tiene que ser una excusa para los niños sedentarios. ¡Este juego se puede jugar adentro para que los niños se levanten y se muevan!

Necesitarás: bolas de espuma de poliestireno o bolas de hilo blanco, cucharas y mitones para cada equipo. Juega este juego como lo harías con cualquier carrera de relevos. Divide en equipos. Cada jugador se turna para ponerse mitones y balancear una "bola de nieve" con una cuchara mientras corre hacia el otro lado de la sala. Deje caer la bola de nieve en un cubo, regrese al equipo, pase los mitones y vaya a la parte posterior de la línea. ¡El primer equipo en tener a todos sus miembros completando la carrera gana!



Dias Festivos:
Winter Break - Dic 24 & Dic 25
Año Nuevo—Enero 1

Continuing Development, Inc. (Choices for Children) is an equal opportunity provider.

Recordatorios del Patron de Comidas

Sirviendo Grano Entero Enriquecido



Los granos enteros enriquecidos son alimentos que contienen al menos un 50% de granos enteros y los granos restantes están enriquecidos, o son 100% granos enteros. En el CACFP, se debe servir una comida rica en granos integrales todos los días, independientemente de qué niños participan en esa comida.

Si su sitio sirve solo bocadillos y el bocadillo no incluye un grano, no se aplicará el requisito de granos integrales. Si usted sirve un grano, debe ser rico en granos enteros.

Las porciones de granos servidas deben cumplir con el tamaño mínimo de porción para el grupo de edad para satisfacer el requisito de granos integrales.



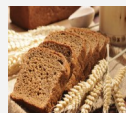
Algunos alimentos ya están designados en KidKare como ricos en granos integrales (es decir, harina de avena, arroz integral, pan de trigo integral, etc.) Sin embargo, deberá indicar elementos como fideos de espagueti, tortillas y pan como ricos en granos enteros moviendo la barra de control en "sí" para indicar que el alimento que está sirviendo es rico en granos enteros.

Identificación de granos enteros enriquecidos el término grano entero enriquecido (o grano entero) puede ser confuso y muchas etiquetas de empaque de productos también pueden agregar a esa confusión. Los fabricantes y anunciantes son expertos en hacer que los alimentos suenen atractivos. Las declaraciones en el empaque a veces pueden inducir a error a los consumidores a creer que están obteniendo un producto rico en granos integrales cuando es posible que no lo estén. Tenga cuidado con términos como "buena fuente", "granos abundantes", "mezcla de grano entero", "grano múltiple", "hecho con trigo integral" y "contiene granos integrales".

La mejor manera de determinar si lo que está sirviendo es realmente rico en granos integrales es consultar la Hoja de capacitación sobre identificación de granos integrales en nuestro sitio web (www.choicesforchildren.org) en Programa de alimentos para el cuidado infantil > Hojas de capacitación sobre patrones de comidas que también es distribuida durante la visita del monitor

Formas fáciles de incluir granos enteros ricos en sus menús diarios es usando:

- Pan integral para sándwiches o tostadas, tortillas integrales ricas en grano para quesadillas o envolturas.
- Granos enteros listos para comer, cereales fortificados.
- Arroz integral o salvaje, avena, espaguetis de trigo integral
- Pancakes, waffles, or muffins made with at least 50% whole grain flour



El Rincón de KidKare

Actualizando "MyMenus" en KidKare



Para aquellos de ustedes que usan la función MyMenus o Scheduled Menus de KK para planificar sus comidas con anticipación, asegúrese de verificar que cumplan con los nuevos requisitos del patrón de comidas. Puede verificar esto yendo a Comidas > Agregar / Editar menús o Programar menús en KidKare. Asegúrese de verificar que todas las alternativas de pan / pan enumeradas en sus menús sean ricas en granos integrales, tengan la barra deslizadora configurada en **SÍ** y luego asegúrese de GUARDAR sus menús.

CONGRATULATIONS!
Providers of the Month
KIM COOK
OKSANA MYZHALA



Minute Menu Magic



2018

<i>All Day with</i>		BREAKFAST			<i>All Day with</i>	
KIM COOK	Pistachios			OKSANA MYZHALA	<i>Peanut Butter</i>	
Apricot Bread	Cream of Wheat	Omelet		Bulgur	<i>*Tropical Muffin Bites</i>	
Grapes	Figs & Dates	Eggplant & Tomatoes		Papaya	<i>Pineapple and Bananas</i>	
1% Milk	1% Milk	1% Milk		1% Milk	1% Milk	
SNACK						
Cucumbers	<i>*Squash Soup</i>	HM Raspberry-Rhubarb Muffins		Tofu	Celery Sticks	
Wheat Thins	Oyster Crackers	1% Milk		Green Beans	100% Orange Juice	
LUNCH/DINNER						
Mozzarella Cheese	<i>*Crispy Taquitos</i>	Lamb Meatballs		Chicken Livers	Tuna Melt	
Flour Tortilla	<i>Corn Tortillas</i>	Quinoa		Brown Rice	Sourdough Bread	
Refried Beans	<i>Peppers, Corn & Pico</i>	Kohlrabi		Vegetable Soup	Kale Salad	
Fruit Salad	Cactus (Nopales)	Plums		Apples	Guavas	
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	Meat	Crispy (baked) Taquitos		
	1% Milk Eggs Mozzarella Cheese Monterey Jack Cheese Firm Tofu Pico de Gallo	Chicken Livers Chicken Ground Lamb	2 C Pico de Gallo, divided 1 C cooked, finely chopped Chicken 1/4 C frozen Corn, thawed 1/8 C chopped Green Onion	1/8 C chopped Green Bell Pepper 3/4C shredded Monterey Jack cheese 7 Corn Tortillas 2 tsp. Vegetable Oil	
	Frozen	Packaged/Canned	Heat oven to 425°F. In a medium bowl, combine 1 cup Pico de Gallo, chicken, corn, green onion, bell pepper, and cheese. Soften tortillas on the stovetop or in the microwave oven, and spoon a heaping tablespoon of filling onto the center of each tortilla. Roll up tightly and secure each with a toothpick. Place rolled tortillas seam side down on a baking sheet and brush each lightly with oil. Bake for 10 to 15 minutes or until crisp and lightly browned. Place 1 taquito on each plate and serve with remaining Pico de Gallo. Serves 7, 3-5 years. <i>Source: https://cachampionsforchange.cdph.ca.gov</i>		
	Produce		Squash soup		
	Apples Figs Apricots Papaya Guava Tomatoes Garlic Onions Carrots Cactus Eggplant Plums Grapes Bananas Kale Celery Raspberries Rhubarb Kohlrabi Acorn Squash Green Onions Green Beans Bell Pepper Cucumbers	Flour Tortillas Corn Tortillas Quinoa Crushed Pineapple Refried Beans Peanut Butter Sourdough Bread Wheat Thins Brown Rice Tuna Bulgur Vegetable Broth Coconut Whole Wheat English Muffins Oyster Crackers Cream of Wheat Pistachios Dates	1/2 T Olive Oil 1 medium Onion, chopped) 1 medium Carrot, chopped) 1 Garlic Clove, minced	2 1/2 C Vegetable Broth 2 C cooked Acorn Squash 2 tsp. dried Basil	
		<i>Greetings of the Season</i>	In a large saucepan, warm oil over medium heat. Stir in onions, carrots and garlic. Cook for about 5 minutes, covered. Stir in the tomato puree, chicken broth, cooked squash, and herbs. Bring to a simmer and cook, covered, for 30 minutes. Serves 12, 3-5 years. <i>https://whatscooking.fns.usda.gov/recipes</i>		
		May your holidays be filled with Happiness, health, good cheer and warmth of family		Tropical Muffin Bites	
				3 Whole Wheat English Muffins 1 8oz can Crushed Pineapple, drained 1/4 C Coconut	3T Peanut butter 3 Bananas, sliced
				Using a fork, gently split muffins in half. Spread 2 teaspoons of peanut butter on each muffin half. Layer bananas and pineapple on top of each half, dividing bananas and pineapple between the 6 halves, Sprinkle with coconut. Serves 6, 3-5 years. <i>Source: Adapted from an https://whatscooking.fns.usda.gov recipe</i>	