



Recordatorios del Programa

Trabajando durante los Días Festivos

Si planea estar abierto en un día festivo en el que Choices for Children está cerrado, debe notificarnos con anticipación para que aprobemos el reclamo de comidas ese día. Las vacaciones restantes para 2018 son:



Veteran's Day -Nov. 12th

Thanksgiving & Day after Thanksgiving -Nov. 22nd & 23rd

Christmas & Day after Christmas - Dec. 25th & 26th

Puede notificarnos con anticipación llamando, enviando un correo electrónico o enviando una lista de todos los días festivos que estará abierto para el año.

También debe indicar en su [Calendario de proveedores en KidKare](#) que está abierto. Puede hacer esto en Calendario, resaltando el cuadro Proveedor en la parte superior y luego arrastrando y soltando 'Open for Holiday' en la fecha (s) que planea estar abierto.

Si va a estar cerrado o fuera de la guardería?

Con la temporada alta de vacaciones, las excursiones y / o eventos festivos pueden alejarlo de su hogar.

Si se le cerrará el negocio o se retirará durante la hora de la comida, debe llamarnos o enviarnos un correo electrónico y avisarnos con anticipación para que no podamos asistir a una visita del monitor. No es necesario que nos notifique si no está en su casa pero aún está abierto para negocios.

. Si no está en casa, asegúrese de que su asistente esté capacitado sobre qué hacer si nos presentamos para una visita de monitor.



Octubre fechas Límites

Web Kids: **Enviar por tarde Nov 1**

Formas de vregistro: **Recibidas por tarde Nov 5**



En Movimiento !



Los colores del otoño están floreciendo y es un buen momento para disfrutar de las temperaturas suaves. Reclute a todos para hacer una caminata alrededor de la cuadra, hacia el patio de recreo, en su patio o alrededor del vecindario. Salta, salta, salta y camina hacia atrás mientras recoges hojas de todos los colores. Úsalos para crear un collage de diversión de otoño en papel o en un tablón de anuncios agregándolo después de cada caminata.



Días Festivos:

Veterans Day—Nov 12

Thanksgiving—Nov 22 & 23



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

Recordatorio del Patrón de Comidas

Sirviendo carne y alternativas de carne en el desayuno



Los desayunos en el Programa de alimentos para el cuidado de niños y adultos (CACFP) incluyen leche, verduras y / o frutas y granos. También puede servir carne y / o sustitutos de carne en lugar de granos en el desayuno hasta 3 veces por semana. Esta opción le da más opciones para la planificación del menú.

Aquí se explica cómo incluir carne o alternativas de carne como parte de una comida de desayuno reembolsable:

- Sustituya 1 onza equivalente de carne / sustituto de carne por 1 porción de granos;
- Sustituya 1 onza equivalente de carne / carne alternativa por 1 onza equivalente de granos.

Los equivalentes de onzas son una forma de medir las cantidades de alimentos. En el CACFP, 1 onza equivalente de una carne o un sustituto de carne es igual a:

- Frijoles o guisantes (cocidos): 1/4 taza
- Queso natural o procesado: 1 onza.
- Queso cottage o ricotta: 1/4 taza (2 onzas)
- Huevos: 1/2 huevo grande.
- Carne magra, pollo o pescado: 1 onza
- Mantequilla de maní, mantequilla de nuez de soya u otra mantequilla de nueces o semillas: 2 cucharadas
- Tofu: 1/4 taza (2.2 onzas)
- Yogur (incluido el yogur de soja): 1/2 taza de yogur (4 onzas)



Puede servir una carne o un sustituto de carne como un elemento independiente, como huevos, yogur, requesón, salchicha de pavo y jamón. Como práctica recomendada, elija alimentos que sean más bajos en grasas saturadas y sodio. La carne y los sustitutos de carne se pueden servir juntos, como huevos (un sustituto de carne) y jamón (una carne). La carne y los sustitutos de carne también se pueden servir en un plato mezclado con otros alimentos, como las rebanadas de manzana con mantequilla de maní, yogur con fruta o un tofu con verduras.

Rincón de KidKare



Grabando tus Comidas a Medianoche

Reconocemos que en ocasiones puede haber circunstancias atenuantes que le impiden ingresar sus comidas antes del final del día en KidKare. Estos son casos raros y generalmente se deben a problemas relacionados con el clima, desastres naturales o fallas en la computadora.

Planifique tener siempre un método de respaldo para reclamar (es decir, un teléfono inteligente o una computadora alternativa) si su método principal de reclamo no funciona o no está disponible. Recuerde, KidKare es accesible desde cualquier dispositivo / teléfono y no requiere una aplicación ya que es un sitio web (www.kidkare.com). En el caso de que KidKare esté experimentando problemas técnicos, le notificaremos por correo electrónico y le informaremos cuando el problema se haya resuelto. Por lo general, esto es a corto plazo y no interfiere con la posibilidad de reclamar sus comidas antes del final del día.



**El horario de verano termina el domingo 4 de noviembre.
¡No olvides dar vuelta tus relojes!**

CONGRATULATIONS!

Providers of the Month

JILLIAN SOLANDER

MARIA GOMEZ

Minute Menu Magic



BREAKFAST					All Day with
	Walnuts		MARIA GOMEZ		
Cornbread	HM Whole Wheat Pumpkin Muffins	Crispix Cereal	Hard Boiled Eggs, Corn Tortillas, Bananas	Oatmeal with Cinnamon	
Baked Beans	Pumpkin & Raisins	Red Pears	Stewed Tomatoes	Persimmons	
1% Milk	1% Milk	1% Milk	1% Milk	1% Milk	
SNACK					Snack and Lunch with
JILLIAN SOLANDER Peanut Butter	Beets	Almonds	Cottage Cheese, Bagel	Spinach Salad with	
Wh. Wh. Bread, 1% Milk	1% Milk	Spiced Apple Cider	Grapefruit	Raspberries & Radishes	
LUNCH/DINNER					
Mozzarella Cheese	*Stir Fry Beef	*Cornucopia Wrap	Pork Chops	*Easy Oven Fish Nuggets	
Bagels	White Rice	Whole Wheat Tortilla	Brown Rice	Brown Bread	
Pizza Sauce	* and Vegetables	Corn & Sweet Potatoes	Cucumbers	Roasted Brussels Sprouts	
Peaches	Kumquats	Red Apple Slices	Oranges	Pomegranates	
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, Co-Jack, and Cottage Cheese	Meat (Frozen) Cod Ham Beef Pork Chops	Stir Fry Beef and Vegetables ½ tsp. ground Ginger 1/8 tsp. Garlic Powder 1 tsp. Soy Sauce 1/3 C Water 2 T Oil 1 C Carrots, sliced 1 Onion, chopped 1 Bell Pepper, chopped 1 C fresh Mushrooms, sliced 1 C Broccoli 12 oz. sliced Beef Mix spices, soy sauce and water; set aside. Heat oil in large frying pan and add meat when oil is hot; stir until brown. Push meat to the side and in the middle of the pan add carrots, onions and peppers. Cook them for one minute. Add mushrooms and broccoli. Cook until they are tender. Add liquid mixture and cook until bubbly. Reduce heat, cover pan and cook for two more minutes. Serve over pasta or rice. Serves 8, 3-5 years. <i>Source: What's Cooking? USDA mixing Bowl</i>	
	Packaged/Canned Wh. Wheat Tortillas Corn Tortillas Cornmeal Oats Baby Corn on the Cob Baked Beans Raisins Peanut Butter Crispix Cereal Brown Bread Whole Wheat Bread Whole Wheat Bread Crumbs Brown & White Rice Walnuts Almonds Pizza Sauce Pumpkin Bagels Apple Cider Stewed Tomatoes Parmesan Cheese	Produce Red Apples Peaches Carrot Red Pears Onion Mushrooms Bell Pepper Broccoli Beets Sweet Potato Radishes Spinach Raspberries Cucumbers Oranges Bananas Brussels Sprouts Pomegranates Grapefruit Persimmons Kumquats	Cornucopia Wrap 4 Whole Wheat Tortillas 6 oz. Co-Jack Cheese 1 15oz can Baby Corn on the Cob 6 oz. Ham 1 med. Sweet Potato Drain corn. Peel potato and cut into matchsticks. Cut ham and cheese into strips. Cut tortillas in half and heat, if desired. Divide all ingredients between the 8 tortilla halves and roll up into cone shape. Serves 8, 3-5 years.	
	Wishing this THANKSGIVING finds you with plenty of reasons to give thanks!		Easy Oven Fish Nuggets 1lb. frozen Cod, partially thawed 1 large Egg, beaten (plus 1 T water) Cooking Spray 3/4 C WW Bread Crumbs (or Panko) 2 T grated Parmesan Cheese 1/3 C Corn Starch 1/4 tsp Salt 1/8 tsp. Pepper Preheat oven to 450°. Spray cookie sheet with cooking spray. Cut fish into 1 1/2" pieces. Mix crumbs with cheese, salt and pepper. Place crumbs and corn starch in 2 separate shallow dishes. Dredge fish in corn starch and shake off excess. Dip in egg. Dredge in crumbs and place on cookie sheet. Lightly spray fish nuggets with cooking spray. Bake 12 minutes, turning halfway through. Serves 8, 3-5 years <i>Source: Adapted from an AboutSeafood.com and a Cooking Light recipe</i>	