

PROGRAMA DE ALIMENTOS PARA EL CUIDADO DE NIÑOS Y ADULTOS Memorándum



MARZO 2017

Pago para el reclamo de febrero será depositado o los cheques serán enviados por el viernes, 31 de marzo.

NUEVOS PATRONES DE COMIDAS

El DPI ha publicado dos folletos más en su serie Nuevo Patrón de Comidas - uno sobre los componentes de frutas y verduras y otro sobre la alimentación de infantes. Puede encontrar los folletos visitando la página <https://dpi.wi.gov/community-nutrition/cacfp/family-day-care-home> y haciendo clic en la tecla a la izquierda llamada "Nuevo Patrón de Comidas CACFP" y luego desplazándose abajo a la derecha para encontrar la sección llamada "Nuevos Folletos de Componentes de Patrón de Comidas CACFP".

Para los componentes de frutas y vegetales, los cambios más importantes serán: frutas y vegetales serán componentes separados en el almuerzo, la cena y las meriendas; Un vegetal será requerido en el almuerzo y la cena; Se puede servir una fruta y vegetal como una merienda; Jugo se puede servir en solo una comida o merienda al día.

Para los infantes, los mayores cambios serán: sólo habrá 2 grupos de edad infantil (nacimiento hasta los 5 meses y 6 meses a 11 meses); El yogur y los huevos enteros serán permitidos como alternos de carne; Jugo, alimentos de queso o queso de untar no será permitido; Y los padres sólo podrán proveer un componente de comida.

¿Cómo sabes si el queso que has servido es un alimento de queso o queso de untar? La manera más fácil es mirar la etiqueta en el producto. Vea algunos ejemplos a continuación.



Por favor, recuerde, estos cambios no entrarán en vigor hasta el 1 de octubre.

SABÍAS...



Marzo es el "Mes Nacional de la Nutrición®". De acuerdo con la Academia de Nutrición y Dietética, el tema para 2017 es "Pon tu Mejor Tenedor Adelante", que actúa como un recordatorio de que cada mordedura cuenta. Hacer sólo cambios pequeños en nuestras opciones de alimentos, puede hacer una diferencia con el tiempo. El tema de este año para el Mes Nacional de la Nutrición® nos inspira a comenzar con pequeños cambios en nuestros hábitos alimenticios, uno a la vez. Para obtener más información, vaya a www.eatright.org/nmm.

5 Odana Court, Madison, WI 53719
608-271-9181 | 1-800-750-KIDS | Fax: 608-271-5380
www.4-C.org | info@4-C.org

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

PROGRAMA DE ALIMENTOS PARA EL CUIDADO DE NIÑOS Y ADULTOS **Memorándum**



RECETAS

En honor al Mes Nacional de la Nutrición, nos gustaría desafiar a los proveedores a que sirvan una variedad de meriendas nutricionales. A continuación se presentan algunas ideas:

Yogur: Endulzar el yogur griego (sin sabor) con miel, añadir bayas y congelar en palitos de helado.

Mantequilla de nuez: Se extiende sobre una tortilla. Agregue fruta picada. Enrolle y corte en rebanadas.

Queso: Corte en formas divertidas y haga pinchos con fruta y queso.

Fresas: Mezclar en un batido con un plátano congelado, yogur y leche.

Patatas dulces/camote: Cortar en rebanadas finas y hornear hasta que estén crujientes.

Hummus: Capa con vegetales en un sándwich de colores brillantes.

Waffles de grano entero: Tostar, cortar en tiras, untar queso de crema, y puntitos de jalea.

Huevos: Ponga frittata sobrante dentro de pan pita.

Jamón: Enrolle una rebanada con queso en un crepe.

Harina de avena: Para una merienda especial hornee las galletas de avena llenas de fruta. Frutas secas funcionan mejor.

<http://www.parents.com/toddlers-preschoolers/feeding/healthy-eating/the-20-best-snacks-for-kids/>

EQUIPO DEL PROGRAMA DE ALIMENTOS

Directora de Departamento de Salud y Seguridad

Brianne Heidke

Asistente Administrativa

Bette Miller

Especialista en Nutrición

Jan Howe

Robin Hunter

Wanda Rodriguez

Mary Schott

5 Odana Court, Madison, WI 53719

608-271-9181 | 1-800-750-KIDS | Fax: 608-271-5380

www.4-C.org | info@4-C.org

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.