

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



ABRIL 2019

El pago del reclamo de marzo será depositado o los cheques se enviarán antes del viernes, 3 de mayo de 2019

FECHA DE VENCIMIENTO...

- **Renovación de inscripción:** ¡Gracias a todos los que ya han devuelto su informe anual de renovación de inscripción! Si no ha enviado el suyo, hágalo a más tardar el **30 de abril de 2019**. Llame a la oficina si tiene alguna pregunta o inquietud. Proveedores que reclaman en línea, si tiene problemas para generar el informe comuníquese con Wanda y ella se lo enviará por correo electrónico. Si no se recibe antes del 31 de mayo de 2019, se retirará a todos los niños de la guardería y tendrá que volver a inscribirlos.
- **Asignación anual de mantenimiento de registros:** La asignación anual de mantenimiento de registros de 2018-2019 se debe entregar en nuestra oficina a más tardar el **1 de junio de 2019**. Si no ha completado el suyo, complete y devuélvanoslo lo antes posible. La participación en el CACFP requiere que complete esto. La asignación se puede encontrar en nuestro sitio web o llama nuestra oficina y le enviaremos una copia.

RECORDATORIOS GENERALES

- A medida que el clima comienza a calentarse, esto significa más actividades al aire libre. Recuerde que es su responsabilidad **notificar a su Especialista en Nutrición o a la oficina de 4-C** cuando estará fuera de su guardería durante las horas de operación. La información de contacto de las especialistas en nutrición se encuentra a continuación.

Jan Howe- 608.219.6715 email: jan.howe@4-c.org
Mary Schott- 608.219.6714 email: mary.schott@4-c.org
Robin Hunter- 608.219.6716 email: robin.hunter@4-c.org
Wanda Rodriguez- 608.712.1053 email: wanda.rodriguez@4-c.org
- No olvide **notificar a 4-C CACFP de cualquier cambio en:** su número de teléfono, su Certificación o Licencia, los días en que sirve comidas / proporciona cuidado, etc.
- Asegúrese de estar al tanto de los requisitos de leche y de que está sirviendo la leche adecuada para cada una de las edades que cuida. Las comidas servidas a cualquier niño con leche que no cumpla con los requisitos no pueden ser reembolsadas. No se pueden hacer sustituciones sin una declaración de dieta y un formulario de seguimiento (Special Dietary Needs) de necesidades dietéticas especiales.

PROGRAMA DE ALIMENTOS PARA EL CUIDADO DE NIÑOS Y ADULTOS

Memorándum



- Los alimentos combinados comprados en la tienda (como palitos de pescado, nuggets de pollo, pizza congelada y perros de maíz) DEBEN tener una **etiqueta de nutrición infantil (CN)** para reclamar. Si no tiene una etiqueta CN archivada para el producto que está sirviendo, no puede reclamar ninguna parte del producto (por ejemplo, si sirve una pizza congelada sin una etiqueta CN archivada no puede reclamar la corteza, el queso, la salsa, etc.). Si su producto tiene una etiqueta CN, guárdelo para que lo vea el personal de 4-C CACFP. Si su producto NO tiene una etiqueta CN, se considerará un alimento adicional y deberá asegurarse de cumplir con el patrón de comida con todos los demás componentes que se sirven.

RECLAMADORES EN LÍNEA

¿Alguna vez ha tenido un día en el que tuvo dificultades técnicas para ingresar sus registros en la computadora? No se preocupe, no está solo, inos sucede a todos ocasionalmente! A continuación hay algunos consejos rápidos que encontramos que ayudan a solucionar los problemas la mayoría de las veces:

- ✓ Actualizar la página web
- ✓ Cerrar sesión y volver a iniciar sesión en KidKare
- ✓ Borrar el historial de su navegador web
- ✓ Reinicia tu computadora, laptop, tablet, etc.

Si bien entendemos que los fallos en la computadora están fuera de su control, tenga en cuenta que todavía es su responsabilidad actualizar sus registros al final de cada día. Si su tecnología no funciona, debe volver a escribir las comidas servidas al final del día. Recuerde que necesita registrar tres cosas: asistencia, menús Y recuentos de comidas (cuales niños comieron). En el sitio web de 4-C, encontrará una plantilla de un formulario que puede usar si es necesario para anotar rápidamente en papel toda la información requerida cada día. También puede descargar un formulario desde KidKare: haga clic en "informes" y luego seleccione "hoja de trabajo" y luego "hoja de trabajo diaria de comida" y luego presione "ejecutar".

RECETAS



Dip de mantequilla de maní y yogur

Ingredientes:

- ½ taza de yogur griego, natural
- ¼ taza de mantequilla de maní natural (crujiente recomendado)

Instrucciones: Combine todos los ingredientes en un tazón pequeño, refrigere hasta que esté listo para comer. Sirve con tu fruta o verdura favorita.

PROGRAMA DE ALIMENTOS PARA EL CUIDADO DE NIÑOS Y ADULTOS

Memorándum



Garbanzos Y Tomates

Ingredientes:

- 1 cucharadita de aceite de canola
- 1 1/4 tazas de cebolla, fresca, pelada, cortada en cubitos de 1/4"
- 2 dientes de ajo, frescos, picados (1 diente es aproximadamente 1/2 cucharadita de ajo picado)
- 1/2 cucharadita de jengibre fresco, rallado (si usa jengibre

molido, reduzca la cantidad a la mitad)

2 1/2 tazas de garbanzos, enlatados, escurridos y enjuagados o garbanzos, secos y cocidos

3 tazas de tomates con jugo, enlatados, bajos en sodio, cortados en cubitos

1/4 taza de agua

1/2 cucharadita de chile en polvo

1 1/2 cucharaditas de comino, molido

Instrucciones:

Caliente el aceite en una olla pequeña a fuego medio-alto. Añadir las cebollas y saltear hasta que estén blandas. No dorar. Agregue el ajo y el jengibre, revuelva hasta que esté fragante. Agregue los garbanzos, los tomates y el jugo, el agua, el chile en polvo y el comino. Continúe cocinando a fuego medio-alto y deje hervir. Reduzca el fuego a medio y cocine a fuego lento durante 10 minutos o hasta que solo haya líquido suficiente para cubrir el fondo del sartén. Calentar a 140 ° F o más durante al menos 15 segundos.

Frijoles Negros Con Plátanos

Ingredientes:

1/2 taza de arroz integral, de grano largo, sin cocer

1 1/2 tazas de agua

1 cucharadita de aceite de canola

1 1/4 tazas de cebollas, frescas, peladas, cortadas en cubitos de 1/4"

1 diente de ajo, fresco, picado (1 diente es aproximadamente 1/2 cucharadita de ajo picada)

1 cuarto frijoles negros, bajos en sodio, enlatados, escurridos y enjuagados o frijoles negros, secos, cocidos

1 taza de agua

1 taza de salsa de tomate, baja en sodio, enlatada

2/3 taza de plátanos, frescos, maduros (amarillos), pelados, cortados en cubitos de 1/4"

1 cucharada de comino, seco, molido

1 cucharadita de paprika (pimentón)

1/2 cucharadita de pimienta negra, molida

2 cucharadas de salsa, tradicional (opcional)

2 cucharadas de cilantro, fresco, picado (opcional)

2 cucharadas de cebollas verdes con tapas, frescas, picadas (opcional)



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**



Instrucciones:

Combine el arroz integral y 1 taza de agua en una olla pequeña. Reserva el agua restante. Calienta a fuego medio-alto hasta que hierva. Cubra y reduzca el fuego a medio. Cocine hasta que el agua se absorba, alrededor de 15-20 minutos. Revuelva una vez. Cubra y cocine 10 minutos adicionales a fuego lento. Revuelva el arroz suavemente con un tenedor. Caliente el aceite en una olla mediana a fuego medio-alto. Añadir las cebollas y saltear hasta que estén blandas. Agregue el ajo. Continúe cocinando a fuego medio-alto hasta que el ajo esté fragante, aproximadamente 1-2 minutos. Revuelva con frecuencia. Agregue arroz cocido, frijoles negros, 1/2 taza de agua, salsa de tomate, plátanos, comino, paprika y pimienta. Revuelva bien y deje hervir. Revuelva con frecuencia. Reduzca el calor a medio-bajo y cocine a fuego lento durante 5 minutos o hasta que los ingredientes absorban el líquido. Calienta a 140 ° F durante al menos 15 segundos. Adorne cada porción con 1 cucharadita de salsa, 1 cucharadita de cilantro y 1 cucharadita de cebollas verdes (opcional).

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.