

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



NOVIEMBRE 2018

El pago del reclamo de octubre se depositará o los cheques se enviarán el viernes, 30 de noviembre de 2018.

RECORDATORIOS

En cada visita domiciliaria que tiene durante el año, escucha a su 4-C Especialista en Nutrición preguntar si tiene su "Acuerdo de Patrocinador y Proveedor Sin Expiración" en el archivo. Este es el formulario que firmó cuando se unió al Programa de Alimentos (ya sea hace 2 meses o hace 20 años) que debe tener archivado permanentemente. Si por alguna razón no puede encontrar su acuerdo, puede comunicarse con la oficina y con gusto le enviaremos una copia; sin embargo, tenga en cuenta que es su responsabilidad tener esto archivado en todo momento y no deberíamos enviárselo regularmente.

SABÍAS...

* DPI ha actualizado recientemente algunos de los folletos en su sitio web, específicamente:

- Almacene alimentos combinados comprados (<https://dpi.wi.gov/sites/default/files/imce/community-nutrition/pdf/cnlabelhandout.pdf>)
- Alimentos para bebés en el CACFP (https://dpi.wi.gov/sites/default/files/imce/community-nutrition/pdf/foods_for_infants.pdf)

* Si se ha perdido uno de los seminarios web del USDA Team Nutrition, CACFP de medio tiempo: seminarios treinta en los jueves ... están registrados y disponibles en inglés y español en su sitio web (<https://www.fns.usda.gov/tn/webinars-and-training>). Los temas disponibles incluyen:

- Elija yogures que sean más bajos en azúcares agregados
- Planificación de comidas para el CACFP.
- Sirviendo carne y alternativas de carne en el desayuno
- Agregar granos integrales a su menú
- Métodos para cocinar saludable



¡Gracias por todo lo que hace por los niños proporcionándoles comidas nutritivas mientras están bajo su cuidado! Sabemos que los ambientes de cuidado infantil influyen significativamente los patrones de alimentación de los niños y que 65% de los niños están inscritos en un cuidado infantil y pasan un promedio de 33 horas por semana allí. Las comidas y meriendas que se les brindan mientras están en el cuidado infantil conforman el 50-75% de su dieta general. Dado que los hábitos saludables de los niños se desarrollan a una edad temprana, es fundamental comenzar la educación nutricional temprano. ¡Su compromiso de proporcionar a los niños alimentos saludables y nutritivos al ser parte de CACFP es muy apreciado y aplaudido!

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



RECETAS

Quesadillas de Pera



Las peras en conserva y queso van bien juntas en esta quesadilla, con mucho sabor añadido de albahaca, cebolla y queso Pepper Jack.

Ingredientes:

- 2 tortillas de trigo (8 "de diámetro)
- 1/2 taza de queso rallado Pepper Jack
- 1/2 taza de queso mozzarella rallado
- 1 cucharada de albahaca seca
- 2 cucharadas de cebolla picada
- 2 mitades de pera en conserva (en rodajas finas)
- 2 cucharaditas de aceite de oliva

Instrucciones:

1. Espolvoree queso, cebolla y albahaca seca en la mitad de cada tortilla. Coloque las rodajas de pera encima de otros ingredientes en cada tortilla.
2. Cepille cada lado de las tortillas dobladas con aceite de oliva.
3. Caliente cada tortilla doblada en una sartén antiadherente hasta que el queso se derrita, aproximadamente de 2 a 3 minutos por cada lado.
4. Corte la quesadilla en cuatro pedazos y sirva inmediatamente.

PERSONAL DEL PROGRAMA DE ALIMENTOS

Directora de Departamento de Salud y Seguridad

Brianne Heidke

Asistente Administrativa

Bette Miller

Especialistas 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.