



## Novedades en Nutrición & Salud

### CACFP-Recordatorios del Programa para Obtener el Mayor Reembolso!

- Sirva leche entera a los niños de 1 año y leche 0-1% para niños de 2 años en adelante.
- Los sustitutos de la leche no lácteos deben ser nutricionalmente equivalentes a la leche de vaca (como algunas leches de soja) y requieren un formulario de solicitud de padres firmado.
- Los sustitutos de la leche no lácteos que no sean nutricionalmente equivalentes a la leche (es decir, leche de almendras, coco, leche de arroz, etc.) requieren una declaración médica firmada.
- Se debe ofrecer al menos una porción de granos integrales o granos integrales ricos por día (use el botón bajo el alimento para indicar si un grano servido es integral).
- Los postres a base de granos no son reembolsables, pero las galletas Graham Crackers y Animal Crackers están bien (no más de 2 veces por semana).
- Los cereales para el desayuno listos para comer no deben contener más de 6 gramos de azúcar por onza servida.
- El yogur no debe contener más de 23 gramos de azúcar por 6 onzas de producto o 31 gramos por 8 onzas de producto.
- El jugo 100% de fruta se limita a una vez al día para niños mayores de 1 año. No está permitido para los bebés.
- Se debe servir al menos una verdura en el almuerzo y la cena. Se pueden servir dos verduras en el almuerzo y la cena. Una verdura y una fruta pueden servir como dos componentes para la merienda.
- La carne o los sustitutos de la carne pueden reemplazar el componente de grano entero en el desayuno (máximo tres veces por semana).
- Alimentos de conveniencia como nuggets de pollo, perros de maíz y palitos de pescado deben tener una etiqueta de Nutrición Infantil (CN) o estar en la lista aprobada.
- Alimentos preparados y procesados (es decir, salchichas, mortadela, etc.) limitados a no más de 2 veces por semana.
- A los bebés bajo su cuidado se les debe ofrecer el programa de alimentos y usted debe tener una marca de fórmula fortificada con hierro en el lugar para ofrecer a los padres.

**Tenga siempre su Patrón de comidas del CACFP en lugar visible y tenga a mano las etiquetas de información nutricional cuando sirva:** leche, sucedáneos de la leche no lácteos, fórmula infantil, cereales integrales, cereales listos para comer, yogur, alimentos de conveniencia en, caso de que tenga una visita de monitor.

Para obtener más información, consulte las [Hojas de capacitación sobre patrones de comidas](#) en nuestro sitio de internet [www.catalystcomm.org](http://www.catalystcomm.org) bajo Programas> Programa de comidas.

## Choices for Children CACFP es Ahora Catalyst Community CACFP!

**Catalyst Community CACFP**  
3161 Cameron Park Dr. Suite 101  
Cameron Park, CA 95682  
530-676-0707

### \* Septiembre Fechas Límites de Reclamo\*

**Octubre 1:** Enviar reclamo en KidKare

**Octubre 5:** Formas de registro recibidas en nuestra oficina

## La Esquina de KidKare

### Indicar "No hay clases" para los estudiantes a distancia bajo su cuidado

Si tiene niños en edad escolar bajo su cuidado que están en "educación a distancia" porque su escuela está cerrada y desea reclamar sus comidas, debe indicar **"No hay clases"** en KidKare.

Indique "No hay clases" en el calendario del niño, siguiendo estos pasos:

**1.** En el menú de la izquierda, **2.** Haga clic en Calendario. **3.** Haga clic en Niño. **4.** Seleccione un niño. **5.** Arrastre el evento: **"No Escuela"** desde las Opciones a la derecha y suéltelo en el calendario. **6.** Haga clic en el evento. Se abren los Detalles del evento. **7.** Utilice los cuadros Desde y Hasta para establecer un rango de fechas para el cierre. **8.** Elimine las comidas que se habrían servido mientras la escuela está en sesión. **9.** Haga clic en Aceptar.

## Recordatorios del Programa

### Visitas de monitores virtuales a partir de octubre de 2020

En respuesta a la pandemia de COVID-19, el USDA ha emitido exenciones a nivel nacional de los requisitos de monitoreo para los patrocinadores del CACFP. Uno si renuncia a realizar visitas de monitoreo in situ.

**A partir del 1 de octubre de 2020**, realizaremos visitas de monitoreo virtuales para cumplir con los requisitos de nuestro contrato. Se anunciará su primera visita del monitor.

Nos comunicaremos con usted con anticipación para analizar cómo realizaremos su visita virtual (es decir, Facetime, Google Duo, Skype, Zoom, etc.). La visita será a la hora de comer y no debería tardar más de 15 minutos. Como siempre, háganos saber con anticipación para qué días / comidas planea estar cerrado.

### Renovaciones de inscripción infantil octubre de 2020

Este año, renovaremos los formularios de inscripción de niños utilizando la función EFORMS en KidKare. Tómese un momento para ver el video de capacitación de Eforms de 4 minutos. [Eforms Training Video.](#)

Las renovaciones de Eform pueden ser completadas electrónicamente por los padres directamente por correo electrónico o cuando estén con usted en el sitio. Todavía hay una opción para que imprima y haga que firmen el formulario en papel. Todas las renovaciones de inscripción de niños deben completarse **antes del 31 de octubre de 2020**.

## Visitas Virtuales del Monitor empiezan en Octubre 2020!



## En Movimiento

### Bolos de Calabaza

Encuentra dos calabazas pequeñas sin tallo para que sean las "bolas de boliche".

Haga "bolos" con botellas de plástico vacías con un poco de arroz seco en el fondo para evitar que se caigan fácilmente. Deje que los estudiantes decoren las botellas usando un tema otoñal (hojas, manzanas, etc.) o colores otoñales. ¡Ahora es el momento de jugar a los bolos!

Fuente: [www.cacfp.org](http://www.cacfp.org)

## Receta del Mes

### Chile de garbanzos con maíz y calabaza

- 1 cucharada de aceite de oliva
- 1 pimiento verde pequeño, picado
- 1 cebolla amarilla pequeña, picada
- 1 jalapeño pequeño, sin semillas y picado (opcional)
- 1 taza de maíz congelado
- 1 lata (15 oz) de garbanzos (garbanzos), enjuagados y escurridos
- 2 latas (14.5 oz cada una) de tomates cortados en cubitos sin sal agregada
- 1 taza de calabaza cruda, cortada en cubos de 1/2 pulgada
- 1-2 cucharadas de chile en polvo
- 2 cucharaditas Comino en polvo
- Sal al gusto
- 1/3 taza de queso cheddar rallado, para decorar

En una olla grande, caliente el aceite de oliva. Sofría el pimiento verde, la cebolla, el jalapeño y el maíz durante 5 minutos. Agregue frijoles, tomates, calabaza, chile en polvo, comino y sal. Deje hervir, luego reduzca a fuego lento durante 20 minutos, parcialmente cubierto, revolviendo ocasionalmente. Sirve en tazones individuales y decora con queso.

Fuente: Boletín AICR Otoño 2020

