



Evergreen Child Care Food Program

3960 Wilshire Blvd. Suite 306 Los Angeles, CA 90010

Tel. 213-380-3850/5345 Fax. 213-380-9050

E-mail: joinecci@gmail.com

Boletín Informativo Mayo 2018

CALENDARIO DE EVENTOS

05/02/2018 - Distribución del reembolso de marzo 2018.

05/28/2018- En conmemoración del Día de los Caídos, nuestra oficina estará cerrada y las comidas en este día festivo no están sujetas a reembolso.

RECORDATORIO DEL REEMBOLSO

El reembolso Federal de marzo del 2018 fue distribuido si su reclamo fue presentado a tiempo.

Proveedores que reclaman manualmente: Todas las formas de mayo deberán presentarse a no más tardar del 5 de junio del 2018. Si los documentos se presentan en cualquier momento posterior, las reclamaciones de comidas serán consideradas dentro del ajuste tardío.



El CACFP cumple 50 años (8 de mayo de 2018)

DÍA DE APRECIO DE PROVEEDORES (11 DE MAYO DE 2018):

Como su agencia patrocinadora, queremos agradecerle enormemente por elegirnos como su patrocinador. Hemos sido patrocinadores desde 1994 y apreciamos a todos los proveedores que han estado con nosotros. Así que, nuevamente, MUCHAS GRACIAS por su continuo apoyo en la nutrición y el bienestar de los niños. ¡Los apreciamos!





Elnora Rozell- Feliz jubilación. En nombre de Evergreen, le agradecemos por 15 años de servicio con nosotros. ¡Te apreciamos!

ECCI AHORA ESTÁ SIRVIENDO AL CONDADO DE ORANGE Y LA CIUDAD DE LONG BEACH:

¡Tenemos una gran noticia! Hemos expandido nuestros servicios y ahora estamos sirviendo a todas las áreas del Condado de Orange y la ciudad de Long Beach. Si conoce a proveedores de guardería en el Condado de Orange y la ciudad de Long Beach que no participan en el CACFP, por favor, siéntase libre de proporcionarles nuestra información de contacto. Estaremos encantados de ayudarlos a formar parte de este maravilloso programa y formar parte de nuestra familia de ECCI.

NOTA DE EDAD ESCOLAR: ¿Tiene algún niño de edad escolar que asistirá a su guardería durante las vacaciones de verano? De ser así, para recibir un reembolso por sus comidas de merienda AM & almuerzo, asegúrese de hacer lo siguiente:

Proveedores que reclaman en formularios escaneables:

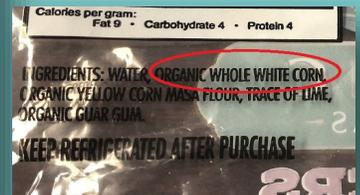
Complete la sección inferior de su Formulario de Información de Reclamo mensual (CIF). Si necesita espacio adicional, puede escribir al dorso del CIF. Asegúrese de escribir el número del niño, la razón por la cual el niño no estaba en la escuela (en una o dos palabras), las fechas en que se le sirvió al niño AM Snack & Lunch .

Ejemplo para marzo de 2018: Niño # 2 Linda Smith (vacaciones de verano) 06 /1/2018 - 06/30/2018

Proveedores que reclaman en KidKare: Haga clic en Calendario en la barra lateral de herramientas> En la sección superior, seleccione el calendario secundario> Luego haga clic en el menú desplegable para seleccionar el nombre del niño al que desea acceder> Arrastre el cuadro NO ESCUELA O ENFERMO a las fechas aplicables en las que el niño no asistirá a la escuela.

NUEVA TORTILLA ACREDITABLE: La lista acreditable de tortillas ha sido actualizada y ahora hemos agregado lo siguiente:

Tortilla de maíz orgánica Mi Rancho (maíz blanco entero orgánico)



COSECHA DEL MES: AGUACATE

¿Sabías que los aguacates son en realidad una fruta, no un vegetal?

Mucha gente piensa que los aguacates son vegetales, pero no lo son.

El aguacate proviene de un árbol frutal de hoja perenne de la familia de plantas con flores llamada Lauraceae. Hay más de 80 tipos diferentes de aguacates que se cultivan en California. Sin embargo, el aguacate más común es el aguacate Hass. Más importante aún, son una excelente fuente de grasa monosaturada (grasa más saludable). Las grasas monosaturadas son nutrientes que ayudan a producir células, ayudan a absorber vitaminas, ayudan a reducir los niveles de colesterol "malo" (colesterol LDL) en el cuerpo y pueden elevar los niveles "buenos" de colesterol (HDL) en su cuerpo.



BURRITO CALIFORNIA CON AGUACATE:



Sirve: 8

Tiempo de preparación: 8 minutos

Tamaño de la porción: alrededor de 1 burrito por niño

Ingredientes:

- 8 tortillas de harina de trigo integral (11 pulgadas de diámetro)
- 1 taza de pimienta morrón rojo
- 1 taza de pimienta verde en cubos
- 2/3 taza de cebolla picada
- 6 cucharadas de mantequilla
- 16 huevos
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 taza de queso Pepper Jack bajo en grasa y rallado
- 2 maduro, aguacate fresco de California sembrado, pelado y cortado en cubitos
- Según sea necesario, crema agria para decorar
- Según sea necesario, tomatillo o salsa de tomate para decorar

Cómo:

- Envuelva las tortillas en papel de aluminio; calentar en un horno de 400 grados F.
- Mientras las tortillas se calientan, saltee el pimienta morrón y la cebolla en mantequilla hasta que estén blandos, aproximadamente 5 minutos.
- Mientras tanto, bate los huevos y la sal.
- Cuando las verduras estén listas, vierta el huevo en la sartén; agite suavemente el aguacate.
- Cocine, a fuego medio-bajo, revolviendo constantemente, hasta que se formen cuajadas suaves, aproximadamente 3 minutos.
- Ponga 1/4 de la mezcla de huevo en el centro de una tortilla calentada; espolvorea con 2 cucharadas de queso.
- Doble en la parte superior e inferior de cada tortilla.
- Enrollar tortilla.
- Repite con cada tortilla.
- Adorne cada burrito con una cucharada de salsa de crema agria y una cucharada de salsa.

Sirva con leche al 1% o zero en grasa para niños de 2 años en adelante y leche entera para niños de 1 año. Haga que este plato sea una gran adición para el menú de desayuno infantil de su guardería.

** Un hecho importante: la tortilla de trigo integral cumplirá su producto rico en granos integrales por día **

Fuente: (<http://harvestofthemonth.cdph.ca.gov>)

Receta: (<https://www.californiaavocado.com/recipe-details/view/31596/california-avocado-breakfast-burrito>)

SERIE DE EDUCACIÓN SOBRE NUTRICIÓN: VEGGIES Y FRUTAS AMIGABLES PARA LOS NIÑOS



A medida que nos acercamos a los próximos meses para las vacaciones de verano, queremos agregar una variedad de frutas y verduras que sean aptas para sus niños de guardería. Anime a sus niños a comer frutas y vegetales haciéndolo divertido.

Proporcione ingredientes saludables y deje que los niños los ayuden con la preparación, según su edad y habilidades. Los niños pueden probar alimentos que evitaron en el pasado si ayudaron a prepararlos. Aquí hay algunos consejos para ayudar a que las frutas y verduras sean divertidas de comer:



- Creaciones de Smoothie: Mezcle yogurt o leche descremada con trozos de fruta y hielo picado. Use fruta fresca, congelada, enlatada o incluso madura. Por ejemplo, los plátanos son mucho más dulces cuando están demasiado maduros. Pruebe bayas, melocotones y / o piña. Si primero congelas la fruta, puedes saltarte el hielo!
- Cazos deliciosos: A los niños les encanta mojar su comida. Prepare un chapuzón rápido para verduras con yogurt y condimentos como hierba y ajo. Sirva con vegetales crudos como; brócoli, zanahorias o coliflor. Los trozos de fruta van muy bien con un yogurt y salsa de canela o vainilla.
- Brochetas Caterpillar: Ensamble trozos de melón, manzana, naranja y pera en brochetas para obtener un broche afrutado. Para una versión vegetariana cruda, use verduras como calabacín, pepino, calabaza, pimientos dulces o tomates.
- Pizzas personalizadas: Instale una estación para hacer pizzas en la cocina. Use muffins ingleses de trigo integral, bagels o pan de pita como la corteza. Tenga una salsa de tomate, queso bajo en grasa y vegetales o frutas cortadas como aderezos. Permita que los niños elijan sus propios favoritos. Luego coloque las pizzas en el horno para calentarlas.
- Mariposa de maní con sabor a fruta: Comience con zanahorias o apio para el cuerpo. Coloque las alitas de manzanas en rodajas finas con mantequilla de maní y decore con uvas cortadas en dos o fruta seca.
- Frosty Fruits: Los dulces congelados son muy populares durante los meses cálidos. Solo ponga frutas frescas como trozos de melón en el congelador (enjuague primero). Haga paletas de hielo insertando palos en plátanos pelados y congelando.
- Errores en un registro: use apio, pepino o zanahoria como el tronco. Cubra con secado como las pasas,

<https://choosemyplate-prod.azureedge.net/sites/default/files/printablematerials/DGTipsheet11KidFriendlyVeggiesAndFruits.pdf>

Feliz Cumpleaños

Proveedores de Evergreen

Houba Assaad

Maria Baquiax

Olga Barrera

Gevorg Bosnoyan

Rhonda Brooks

Estrella Chavez

Sherie Cigar-James

Guadalupe Cortez-Moreno

Shinetssetseg Erdenebileg

Jacqueline Evans

Rita Fuentes

Yeran Ghazaryan

Verna Henry

Victory Holley

Irinea Hurtado

Sun Jo

Mary Keum

Rosa Madrigal

Mari Rivas

Angelica Rodriguez

Tania Sajche Sarmiento

Renaldo Sanders

Marta Urbano Cano

Maria Vasquez Hernandez

Vicki West

Regina Williams Bullard

Helen Wyatt

De conformidad con la Ley Federal de Derechos Civiles y los reglamentos y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los EE. UU. (USDA, por sus siglas en inglés), se prohíbe que el USDA, sus agencias, oficinas, empleados e instituciones que participan o administran programas del USDA discriminen sobre la base de raza, color, nacionalidad, sexo, discapacidad, edad, o en represalia o venganza por actividades previas de derechos civiles en algún programa o actividad realizados o financiados por el USDA.

Las personas con discapacidades que necesiten medios alternativos para la comunicación de la información del programa (por ejemplo, sistema Braille, letras grandes, cintas de audio, lenguaje de señas americano, etc.), deben ponerse en contacto con la agencia (estatal o local) en la que solicitaron los beneficios. Las personas sordas, con dificultades de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA por medio del Federal Relay Service [Servicio Federal de Retransmisión] al (800) 877-8339. Además, la información del programa se puede proporcionar en otros idiomas.

Para presentar una denuncia de discriminación, complete el Formulario de Denuncia de Discriminación del Programa del USDA, (AD-3027) que está disponible en línea en: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html y en cualquier oficina del USDA, o bien escriba una carta dirigida al USDA e incluya en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia del formulario de denuncia, llame al (866) 632-9992. Haga llegar su formulario lleno o carta al USDA por:

(1) correo: U.S. Department of Agriculture

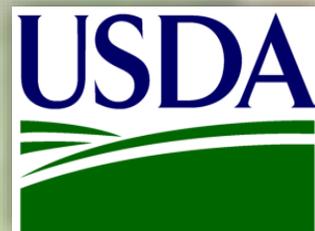
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights

1400 Independence Avenue, SW

Washington, D.C. 20250-9410;

(2) fax: (202) 690-7442; o

(3) correo electrónico: program.intake@usda.gov.



Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.