Evergreen Child Care Food Program

3850 Wilshire Blvd. Suite 210 Los Angeles, CA 90010
Tel. 213-380-3850/5345 Fax. 213-380-9050
E-mail: joinecci@gmail.com

June 2019 Newsletter

CALENDAR OF EVENTS

06/04/2019 – April 2019 reimbursement disbursement.

REIMBURSEMENT REMINDER

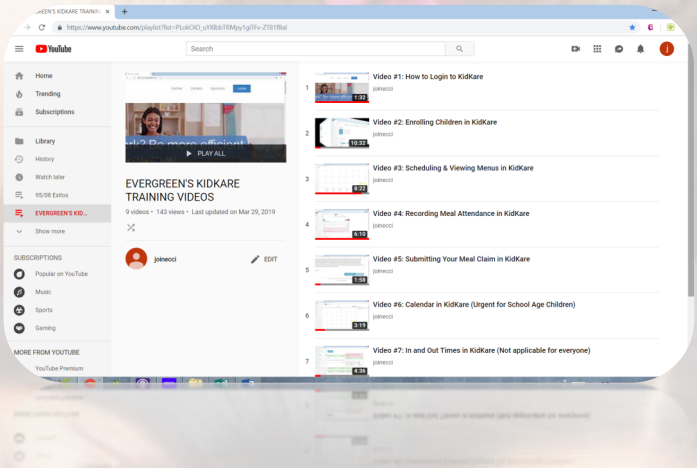
The April 2019 Federal reimbursement has been disbursed if your claim was submitted on time.

Manual Claiming Providers: All June claim forms must be submitted by no later than July 5, 2019. If documents are submitted anytime later, meal claims will be considered a late (adjustment) claim.

서류사용으로 클래임 하시는 원장님들 알려드립니다

최근 Minute Menu 에서 전국적으로 프로그램을 사용하고 있는 모든 에이전시들에게 서류 클래임 서비스 를 곧 더이상 제공하지 않을 것이라고 알려습니다. 서류 클래임 서비스 를 중단해야하는 시기는 아직 확정되지 않았지만 곳 시행 할거라는 것을 언급하였습니다. 그로므로 변화에 대하여 미리 미리 준비하시는 것이 가장 바람직한 길이라 에버그린은 생각하여 Online 클래임 시 사용하는 KidKare 교육 비디오를 준비하였습니다. 또한 원활한 변경을 위해 교육비디오 이외에도 요청시 Class 준비하여 교육을 제공할 예정입니다. 변경 마지막까지 기다리시지 마시고 미리 미리 다가올 변화에 준비하세요.

.



온라인 클레임으로 전환하고자하는 경우, KidKare 교육 비디오는 에버그린 웹사이트에 준비되어있으며 YouTube에서 교육 비디오를 시청할 수 있습니다.

KidKare training 비디오는 아래의 주소를 클릭하면 시청하실수 있습니다.

http://www.evergreencacfp.org/uploads/1553722344kidkare-training-video-links.pdf

준비한 9 개의 비디오를 다 보시고 온라인 으로 전환이 준비되시면 에버그린 으로 연락주시면 KidKare 구좌 아이디와 비밀번호를 제공해 드립니다. 그후 다음달 부터 온라인 클래임 가능 하십니다.

New Creditable Food Items in the CACFP: : CACFP에서 새로 사용 허가 받은 식품 : 농수산부 (USDA) 에서는 데이케어 에서 보다 폭넓은 음식을 아이들에게 제공할수 있도록 이전에 사용허락되지 않았던 몇가지 식품의 사용허가를 승인 하였습니다. 농수산부(USDA) 식품 영양 서비스 (FNS)는 모든 데이커어에서 메뉴 작성시 보다 다양하고 영양가있는 음식을 사용할수있고 메뉴를 간소화하기 위해 최선을 다하고 있습니다. 아래는 이번에 새로이 증가된 식품 품목입니다.

1.) 일반 보관이 가능한 건조 및 반 건조 육류, 가금류 고기 및 해산물 제품(단Product Formulation Statements (PFS) or Child Nutrition labels (CN label) 이 필요합니다) : 육포 또는 여름 소시지 및 기타 건조 가금류 및 해산물을 의미 합니다. 이러한 제품들은 산업 생산 기준이 매우 다양하기 때문에 Food Buying Guide포함되어 있지 않습니다. 그러므로 위의 제품을 메뉴에 사용하실려면 각 제품의Product Formulation Statements (PFS) or Child Nutrition labels (CN label) 이 필요합니다.

2.) 코코넛, Hominy, 옥수수 Masa 및 옥수수 가루를 사용한 제품:

• 코코넛 (Coconut) : 코코넛에는 여러가지 기능성을 포함하고 있기 때문에 신선한 코코넛이나 냉동 코코넛이 과일로 크래딧 받을 수있습니다. 제공시 식사 패턴 차트를 확인 하여 제공양을 확인 하십시오. 또한 100% 코코넛 물은 과일 쥬스로 크래딧 받습니다. 다만 말린 코코넛 (예 : 코코넛 플레이크)과 코코넛 밀가루와 코코넛 오일은 CACFP에서 인정되지 않습니다.

• 호미니 (Hominy) : 호미니 (Hominy)는 멕시코 및 아메리카 인디언 문화에서 전통적으로 사용되는 음식으로 야채 또는 밀가루 곡물 제품 (예 : hominy grits)으로 제공됩니다. hominy가 제공되는 방식에 따라 야채 또는 곡물 구성 요소에 대한 크레딧이 제공 될 수 있습니다. 제공시 아래와 같이 크래딧 받을수 있습니다.

Whole hominy는 야채로 인정받습니다.

¼ 컵 통조림(수분제외) 하머니는 ¼ 컵의 야채로 인정 받습니다.

Dried hominy 는whole grain-rich 으로 인정받으며 1 온스당 량의 곡물로 조리 된 ½ 컵의 하머니 또는 1 온스 (28 그램)의 건조한 hominy grits 은 1 온스의곡물로 크레딧 받습니다.

• Corn Masa, Corn Flour 및 Cornmeal : Masa는 밀가루 옥수수로 만든 반죽 또는 밀가루로 일반적으로 알칼리성 (라임) 용액에 담가서 만들어지며 whole grain corn비슷한 영양 성분으로 특정 영양소의 생체 이용률을 높입니다 . 따라서corn masa, corn flour, and cornmeal등은 이제 Whole Grain-Rich (WGR) 성분으로 인정받으며 , 옥수수로 만들어진 제품중 제 1 성분이 corn masa flour, corn flour, and cornmeal만들어진 모든 옥수수 제품은 WGR 으로 인정받습니다. 식사 패턴 차트에서 연령별 제공 양을 확인하시고 제공하세요. 예:

Ingredients: Corn masa flour, water, contains 2% or less of: cellulose gum, guar gum, and propionic acid, benzoic acid and phosphoric acid (to maintain freshness).

Ingredientes: Harina de maíz nixtamalizado, agua, contiene 2% o menos de: goma de celulosa, goma guar, y ácido propiónico, ácido benzoico y ácido fosfórico (para mantener la frescura).

3) 팝콘: 팝콘은whole grain 음식이며 섬유질의 좋은 원천입니다. 미국인 식단 지침에 (Dietary Guidelines for Americans 2020)의거 하면 많은 어린이들이 충분한 양의 섬유질을 섭취하지 못하는 것으로 나와 있으며 또한 이런 트랜드는 대중보건 문제점으로 지적되고 있습니다. 팝콘은 WGR 품목으로 인정받으며 특히 어린이들 에게 인기가 많고 경제적으로 위에서 지적한 문제점을 해결 할수있는 좋은 방안 이기도 합니다. 다음은 팝콘제공시 크래딧 받을수 있는 양 입니다.

- 만들어진 팝콘 3/4 컵 (또는 0.25 온스 (7 그램)) 은 상환 가능한 식사 또는 간식에 서 1/4 온스의whole grains으로 크래딧 받습니다.
- 만들어진 팝콘 1 1/2 컵 (또는 0.5 온스 (14 그램)) 은 상환 가능한 식사 또는 간식에 서 1/2 온스의whole grains으로 크래딧 받습니다
- 만들어진 팝콘 3 컵 (또는 1 온스 (28그램)) 은 상환 가능한 식사 또는 간식에 서 1온스의whole grains으로 크래딧 받습니다

참고 :어린 아이들에게 팝콘제공시 크래딧 받으실려면 다른 음식 구성원 보다 많응 양을 제공해야 함으로 다른 곡물과 같이 제공하셔서 적당한 양을 제공할수 있게 햐여주세요.

4.) Surimi 해산물 : Surimi 해산물은 일반적으로 Pollock fish로 만든 저온 살균, 바로 먹을수 있게 만들어진 제품입니다. Surimi는 다양한 형태와 모양으로 제공되며 추가 준비 없이도 드실수 있는 제품입니다. 게맛살은 surimi 해산물의 대표적인 한 예입니다. Surimi 해산물은 해산물 샐러드, 스시 스타일 롤, 샌드위치, 타 코 및 라면과 같은 다양한 메뉴 항목 첨부 있는 제품이기도 합니다. 따라서 surimi 해산물은 제공되는 식단을 좀더 다양하게 만들어 줄수있는 메뉴 항목이기고 합니다. 아래는surimi 해산물 사용시 크래딧 받기 위해 필요로 하는 정보입니다.

**주의 사항 : CACFP에서는 4.4 온스의 surimi 해산물 제공시 1.5 온스로 크래딧 받습니다. 전반적으로 평소 제공하시는 고기 / 고기 대체 식품의 약 2 배의 양을 제공하실경유 크래딧받습니다. **

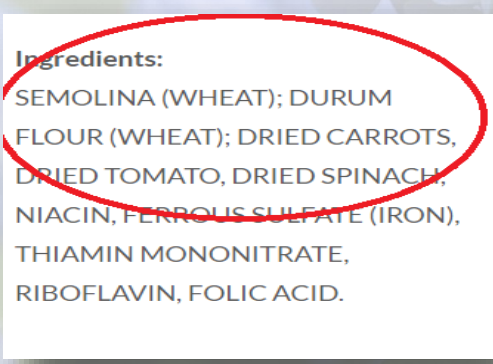
Surimi Seafood (ounces)	Meat/Meat Alternate (ounce equivalents)
4.4	1.5
3.0	1.0
1.0	0.25

5.) 식물성 밀가루로 만든 파스타 제품 : 100 % 식물성 밀가루로 만든 파스타 제품은 CACFP에서 야채로 인정 될 수 있습니다. 야채에 대한 정보는 식사 패턴 차트를 확인하십시오. 예를 들어; 100 % 야채 밀가루로 만든 식물성 파스타의 ½ 컵은 ½ 컵의 채소로 인정 받습니다.

*** 참고 : 100 % 콩과 식물 가루로 만든 모든 파스타 제품은 육류 대체 야채로 인정 될 수 있습니다. 하지만 육류와 야채로 같이 인정받을수는 없습니다. 예를 들어; 100 % 콩과 식물 가루로 만든 파스타 의 ½ 컵은 야채 1/2 컵또는 2 온스 당 고기대체로 크래딧 받을수 있습니다. **

여러 채소로 만든 파스타 제품은 회사로 부터product formulation statement을 받아 얼마 만큼의 양의 야채가 포함되어 있는지 확인이 될경우만 상환 가능 합니다. • 식물성 밀가루 및 기타 비 식물성 재료로 만든 파스타 제품 :이런 제품역시product formulation statement 이 필용합니다.

For Example:



6.) Tempeh: Tempeh는 볶음, 샌드위치, 샐러드 등 다양한 조리법으로 고기 대체물로 사용됩니다. Tempeh는 전통적으로 콩으로 만든 영양가 높은 발효된 콩 케이크 입니다. DGA (2020)에 따르면, 단백질 식품 인 콩 제품은 구리, 망간, 철분의 좋은 공급원이기도 하며 그러므로 미 농무부에서는 CACFP에서 tempeh를 고기 대체음식으로 사용할수 있게 결정했다. CACFP에서 tempeh 채식주의 자, 문화적 및 종교적 이유로 단백질 공급에 제한이있는 어린이등의 식단의 메뉴를 향상시키는 데 도움이 됩니다.

SANDWICH MEAT: 샌드위치 고기(햄, 터키햄, 터키 슬라이스 등등) : 마켓에서 구입 한 모든 샌드위치 고기에는 CN 라벨 또는product formulation statement 이 필요합니다. 다면 델리 카운터 에서 구입 한 샌드위치 고기는 CN 라벨 또는product formulation statement이 필요하지 않습니다. 델리 카운터에서샌드위치 고기를 구입하는 경우 델리 패키지 사진을 찍어 증명할수 있어야 합니다. 샌드위치 고기중 EVERGREEN에서 승인 받은 제품은 현제로써 아래의 두가지 입니다. 구입시 꼭 확인하시고 식단에 사용하십시요.

MONITORING VISITS: **모니터링시 중요시 확인 하는 것 중 하나가 메뉴에 기재 된 모든 식품 품목이 상환이 가능하며 식사 패턴 요구 사항을 충족하였는지 확인 하는 것입니다. 지난 2 개월 동안 이미 방문을 받으셨다면 아마도 제공하시는 주간 / 월간 / 일일 메뉴에서 음식 품목에 대한 식품 포장을 요구 하신것을 경험 하셨을 것입니다. 캘리포니아 주 교육부 (CDE)는 모든 방문시 메뉴 항목의 음식 포장(image of the item, list of ingredients, and nutrition facts lab)을 검토 할 것을 요구 하고 있습니다. 특히 제공하시는요구르트, 모든 곡식 / 빵류, 쥬스, 두부 (제공되는 경우), 가공육류 (예 : lunch meat, hot dogs, etc).**

따라서 모든 데이케어는 사용되는 음식의 포장을 항상 검토 받을수 있게 부엌에 보관하여 방문시 제공할 수 잇게 협조 부탁드립니다.

HARVEST OF THE MONTH: GRAPES

)포도는 8000 년 이상의 역사를 갖은 가장 오래된 과일 중 하나라는 것을 알고 있습니까?
초기의 로마인들과 이집트인들은 와인 생산에 포도를 사용했으며 다양한 포도를 생산했습니다. "포도"라는 이름은 늙은 프랑스 용어 그랩 (grap)에서 나왔습니다.이 단어는 낱단 또는 뭉치를 의미하며 이 과일을 수확하는 데 사용되는 긴 훅 (hook)의 용어이기도합니다. 요즘 대부분의 포도는 캘리포니아에서 많이 재배 되며 ½ 컵의 포도 섭취하는 것이 비타민 C와 비타민 K의 좋은 공급원이된다는 것입니다. 포도는 또한 당분의 형태로 탄수화물의 훌륭한 공급원이기도합니다. 포도에서 발견되는 당은 과일, 야채 및 우유에서 발견되는 좋은 천연 당분이기도 합니다.

• 유연성있는 줄기가있는 확고하고 통통하며 밝은 색의 포도송이를 찾습니다.

• 저장하기 전에 부드럽고 갈색 포도를 제거하십시오.

• 밀폐 된 용기 나 비닐 봉지에 신선한 포도를 두십시오. 최대 1 주일 동안 냉장고에 보관하십시오. • 먹기 바로 전에 시원한 물로 포도를 씻으십시오.

Healthy Serving Ideas

• 피타 샌드위치, 치킨 샐러드 및 파스타에 슬라이스 포도를 추가하십시오

. • 포도를 헹구고 얼려서 제공하시면 간단한 스낵으로 좋습니다.

. •건포도는 가지고 다니면 서 즐길수있는 간단한 간식으로 아주 좋습니다.

• 설탕이 주재료인 음료 대신 100 % 과일 및 야채 주스를 제공하세요.

• 냉동, 통조림, 말린 과일 및 채소는 신선도만큼 영양가가 높습니다. 부엌에서 다양한 식사 옵션으로 제공하십시오.

Grape Tea Sandwich:

1 서빙 당 ¼ 샌드위치 (36인분) :

1 파운드의 붉은 포도, 세척후, 반으로 자른다.

1 (8 온스) 저지방 크림 치즈 준비

Whole grain bread 18 빵 준비

슬라이스 종이 접시와 냅킨 준비

1. 빵 한 조각에 크림 치즈 2 티스푼을 살짝 뿌린다.

2. 각 빵 조각에 크림 치즈 위에 8 개의 포도 반을 올려 놓습니다.

3. 샌드위치를 모아 4 등분한여 제공 하십니다.

** 2 세 이상 어린이는 1 % 또는 무 지방 우유를, 2 세 미만 어린이는whole-milk 추가하여 AM / PM 스낵으로 제공 하십시요.

** 1 회 섭취량 당 영양 정보 : 칼로리 56, 탄수화물 9g,식이 섬유 1g, 단백질 2g, 총 지방 1g, 포화 지방 1g, 트랜스 지방 0g, 콜레스테롤 3mg, 나트륨 96mg 출처 : (http://harvestoftheonth.cdph.ca.gov)
Recipe : (http://harvestofthemonth.cdph.ca.gov/documents/Summer/Grapes/Grapes%20-%20Educator%27s%20Newsletter_FINAL.pdf)

Nutrition Education Series: Be Food Safe

국가 안전의 달을 기념하며, 식품 안전은 국가적으로 아주 중요한 부분이라는 것에 대해 아마도 많은 분들이 동의 하실겁니다. 올바르지 않게 다루어진 음식은 대부분 질병으로 연결 되기 때문 입니다 . 따라서 USDA는 Be Food Safe라는 캠페인을 시작 했습니다. Be Food Safe는4 가지 간단한 방법을 사용하여 음식으로 인한 질병을 예방하는 것을 의미합니다.(청결, 음식 분리, 요리 그리고 보관(뜨거운 & 차가운 음식)

데이케어에서 준비 하시는 음식으로 인한 질병을 예방하기 위해 취할 수있는 몇 가지 요령은 다음과 같습니다.

1. 따뜻한 비눗물로 20 초 동안 손을 항상 씻으십시오.

- 음식 취급 전후
- 욕실 사용 후 • 기저귀 교환 후
- 애완 동물을 취급 한 후에
- 아픈 사람에게 돌봐 준 후에
- 코를 불거나 기침하거나 재채기를 한 후
- 조리되지 않은 계란이나 생고기, 가금류, 생선 및 쥬스를 취급 한 후에.

손에 피부 찰과상이나 감염이 있으면 항상 깨끗한 일회용 장갑을 사용하십시오.

따뜻한 비눗물로 손을 씻으세요 (장갑 착용과 상관없이) .

생고기, 가금류, 생선, 계란과 접촉하는 모든 표면을 고온의 비눗물로 철저히 씻은 다음 음식 준비의 다음 단계로 넘어갑니다. 주방 표면을 청소할 때 종이 타월 사용을 고려하십시오. 행주를 사용하는 경우에는 세탁을 자주 하십시요. 또한 자주 사용하는수도꼭지 및 카운터 탑 등을 뜨거운 물과 비눗물로 세척하여 주세요.

4. 커팅 보드를 깨끗하게 유지하려면 매번 사용 후 뜨겁고 비눗물로 씻습니다. 깨끗한 종이 타월로 헹구어 내고 공기또는 마른 타월로 부르럽게 두드려 건조 시키세요. 커팅 보드는 물 1 갤론 당 1 스푼의 무첨가 액체 염소 표백제로 소독 할 수 있습니다. 표백제 용액으로 표면에 뿌리고 난후 몇 분 동안 둡니다. 그후 깨끗한 종이 타월로 헹구어 내고 공기로 건조 하던 아님 마른 타월로 부르럽게 두드려 건조 시키세요. 단 커팅보드가 아크릴 수지, 플라스틱, 유리 및 단단한 목재 보드는 식기 세척기에서 세척 할 수 있습니다 (적층 보드는 균열 및 찢어 질 수 있음). 플라스틱 보드는 시간이 지남에 따라 마모될수 있으니 과도하게 마모되었거나 홈이 만들어졌으면 교체하십시오.

5. 조리 된 제품을 제공하기 위해 조리되기 전에 식재료를 담은 식기들을 사용하지 마십시오. 생고기 또는 쥬스에 존재하는 박테리아는 안전하게 조리 된 제품을 오염시킬 수 있습니다. 깨끗한 도구와 깨끗한 손으로 깨끗한 접시에 조리 된 음식을 제공 하십시오.

6. 식품 온도계를 사용할 때 음식물에 다시 넣기 전에 매번 사용 후 뜨겁고 비눗물로 온고계의 프로브를 세척하는 것이 중요합니다.

7. 애완 동물, 가정용 세제 및 기타 화학 약품을 식단에 사용되는 음식물이나 표면에 가까이 두지 마십시오.

8. 야외에서 피크닉이나 요리를 할 때는 깨끗한 도구를 충분히 준비하십시오. 충분한 양의 마른 타월과 젖은타월을 준비하여 샤용되는 표면과 손을 깨끗하게 할수 있게 하십시요.

Source: https://www.fsis.usda.gov/wps/wcm/connect/bd93c271-2cfc-4fbe-93c9-28d6070fa7bb/Cleanliness_Helps_Prevent_Foodborne_Illness.pdf?MOD=AJPERES

Happy Birthday

Evergreen Providers !

Elsa Imelda Arango
Paula Anette Benton
Vijay Chandra
Erica Cortez
Inna Furer
Ave Maria Hamer
Annie Heath
Margarita Hernandez
Sheila Johnson-Wright
Moon Joo Jo
Narine Karibyan
Anna Jae Kim
Jea Kim
Svetlana Kovshilovskaya
Isabel Mata
Iris Mendes
Maria Mendoza
Olga Mera
Kristine Mesropyan
Karine Movsesyan
Gloria Ochoa
Carnetta Randall-Cyphers
Sigalit Redfield
Araceli Rodriguez
Evelin Salazar
Belinda Vinh
Bettye Wilson
Debra Wooten

In accordance with Federal civil rights law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, the USDA, its agencies, offices, and employees, and institutions participating in or administering USDA programs are prohibited from discriminating based on race, color, national origin, sex, disability, age, or reprisal or retaliation for prior civil rights activity in any program or activity conducted or funded by USDA.

Persons with disabilities who require alternative means of communication for program information (e.g. Braille, large print, audiotape, American Sign Language, etc.), should contact the Agency (State or local) where they applied for benefits. Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. Additionally, program information may be made available in languages other than English.

To file a program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, (AD-3027) found online at: http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_cust.html, and at any USDA office, or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by:

(1) mail: 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; or

(3) email: program.intake@usda.gov.

This institution is an equal opportunity provider.