Nutrition Updates

CDA Nutrition Program

A Healthy Start for Life!

Septiembre 2023

¡Feliz Día del Trabajo! Disfruten de un largo y relajante fin de semana. Septiembre es el Mes Nacional para Tomar Conciencia de la Obesidad en la Niñez. Como proveedores del Programa de Nutrición (CACFP por sus siglas en inglés), ustedes ayudan a prevenir la obesidad en la niñez sirviendo frutas frescas y vegetales, granos enteros, y fomentando en los niños el comer una variedad de alimentos saludables. Este mes animen a las familias a quienes brindan sus servicios a preparar alimentos saludables e introducir nuevos alimentos a los niños. El colocar su menú semanal en un lugar visible para que los padres de familia lo vean les da ideas de comidas que pueden servir también en casa.

Recordatorios
Las oficinas de CDA permanecerán cerradas el lunes 4 de Septiembre para conmemorar el Día del Trabajo. Comidas servidas en ese día no son reembolsables.

Visitas de Monitoras:
Ya que las monitoras se encuentran llevando a cabo visitas en el hogar, es muy importante que llamen a la oficina cuando no estén reclamando alguno de los servicios de alimentos/cuando su hogar/guardería este cerrada o cuando cierren por vacaciones. Las monitoras se encuentran manejando en medio del tráfico y queremos prevenir que manejen hasta su casa si no estará presente o su guardería se encuentra cerrada. Llame a la oficina si necesita ayuda. Su monitora no contestará sus llamadas cuando se encuentre manejando.

Correos Electrónicos de CIF
Se usan solamente para hacer cambios en el horario de servicio de alimentos y para dar de baja a niños. Para cualquier otra pregunta o duda que tengan por favor llamen a la oficina.

Niños que Regresan:
Para reactivar un niño(a) que fue dado de baja, necesita llamar a la oficina. Un representante pondrá al niño(a) como *pendiente*. Necesitará imprimir la forma de solicitud del niño(a), pedir a los padres de familia que firmen y pongan la fecha nueva de inscripción, y enviarla a la oficina. Ya que se haya recibido la solicitud de inscripción, se reactivará.

KidKare:
Revise el buzón de entrada de KidKare. CDA envía información importante y actualizaciones para mantenerlos informados. Envíe su reclamo para el día 1ro de cada mes. Esto asegurará que su reclamo puede ser reembolsado a tiempo y evitar pagos tardíos.

Asistencia de los Niños:
No documente la asistencia de los niños antes de tiempo. Se recomienda que documente los alimentos y asistencia después de haber servido cada servicio de alimentos.

Renovación de Inscripciones:
Proveedores(as) cuyo apellido comienza con la letra M a R, su Reporte de Renovación de Solicitudes de Inscripción vence el 15 de Septiembre. Los proveedores(as) deberán firmar todas las páginas de su Renovación de Inscripciones en la parte superior a la derecha. Si su apellido comienza de la A – L y no ha regresado su renovación anual, por favor envíela lo más pronto posible para evitar que se le descuenten alimentos. El enviarla tarde puede afectar su reclamo.

Recordatorio de Renovación de Elegibilidad:
Para calificar para alimentos servidos a sus niños PROPIOS menores de 13 años, una Forma de Elegibilidad (Meal Benefit Form) debe enviarse y calificar dentro de la escala de ingresos.

Nuevas Tarifas:
Estaremos anunciando las nuevas tarifas cuando el presupuesto de California haya determinado las nuevas tarifas estatales. Ya que se reciban estaremos anunciando las tarifas combinadas Federales/Estatales en la página de internet de CDA en www.cdasd.org. A partir de Julio 1ro la Tarifas regresaron nuevamente a Tarifa 1 y Tarifa 2.

Información Escolar Actualizada:
Si tiene niños que hayan comenzado la escuela este otoño y no ha actualizado su información, favor de enviar una solicitud de inscripción actualizada con la información escolar del niño(a).

Pollo al Romero Con Camotes

Ingredientes

- 4 cucharaditas de aceite de olivo o canola
- 3 dientes de ajo, picados
- 3/4 cucharadita de sal kosher
- 1/2 cucharadita de romero fresco y cortado
- 1/2 cucharadita de pimiento negra
- 1 paquete de 20-onzas de camotes refrigerados y cortados
- 16-onzas de mitades de pechugas de pollo sin piel y deshuesadas, cortadas a la mitad
- 1 limón cortado finamente

Elaboración
En un sartén de 12 pulgadas caliente 3 cucharaditas de aceite a fuego mediano. Agregue el ajo, ½ cucharadita de sal, ¼ de cucharadita de romero y ¼ de cucharadita de pimienta. Añada los camotes, revuelva. Cocine, cubriendo por 5 minutos (sin revolver). Coloque los camotes a un lado del sartén. Añada una cucharadita restante de aceite al otro lado del sartén. Acomode el pollo en el sartén a un lado de los camotes. Cocine sin tapar por 8 minutos. Revuelva los camotes y voltee el pollo. Espolvoree el pollo con el restante de ¼ de sal, romero, y pimienta. Coloque encima las rebanadas de limón. Cubra y cocine de 8 a 10 minutos más o hasta que el pollo este cocido (165 grados F) y los camotes están de color café. (Si es necesario, saque los camotes cuando estén listos y continúe cocinando el pollo hasta que esté completamente cocinado). Si desea espolvoree romero adicional.