



Vienen los Cambios

Nuevos Requerimientos Para la Leche



EL PRIMER CAMBIO OFICIAL DE LAS GUIAS DE NUTRICIÓN A LLEGADO

Primero comencemos con lo que no a cambiado:

- **INFANTES** (hasta que cumplan 1 año) se les deben dar **LECHE DEL PECHO** ó **FÓRMULA FORTIFICADA CON HIERRO**.
- **UN AÑO DE EDAD** (no infantes y menor de dos años) se le deben servir **LECHE ENTERA**

QUE SON LOS NUEVOS REQUERIMIENTOS?

Todos los niños mayores de dos años deben ser servidos con leche de baja grasa (1%) ó leche sin grasa (skim) or fat-free (skim) milk.

Este cambio trae las guías nutricionales de CACFP para la leche en paridad con las **GUIAS NUTRICIONALES PARA LOS AMERICANOS DE 2010**.

La mayoría de la leche consumida es la de reducida grasa (2%) o leche entera. Eligiendo leche de baja grasa o sin grasa provee los mismos nutrientes que con sólidas grasas pero así con menos calorías.

El consumo de sólidas grasas (saturadas) incrementa el riesgo de enfermedades del corazón. Los primeros síntomas de arteriosclerosis, ó el endurecimiento de las arterias, han comenzado en niños tan jóvenes como de 2 años de edad.

Menos calorías es mejor si consideramos la obesidad de años recientes en la infancia.

La leche es mejor conocida por su contribución a la fortaleza de los huesos y provee un concentrado sólido de calcio que es fácilmente absorbible, que es, a su vez, un mayor contribuidor a la salud de los huesos. La contribución del calcio no es afectada por la cantidad de grasa en la leche, como se dijo anteriormente

“Los productos lácteos son la fuente más conveniente de calcio para el público Americano”, así lo ha indicado Frank Greer M.D., miembro de la Academia Americana de Pediátricos y Profesor de Pediatría de la Universidad de Wisconsin en Madison. “Si hacemos un estudio sobre la dieta Americana el 72 por ciento del calcio consumido proviene de los productos lácteos, tanto para los niños como los adultos. La acelga (swiss chard) es una fuente

excelente de calcio, pero debe comer una taza para absorber lo que equivale, en calcio, a una taza de leche”. El brocoli es otra buena fuente, Greer dijo, pero ningún niño de cinco años comerá una taza de brocoli cortado”

La razón que está detrás de lo mencionado es porque la leche es tan importante en los requerimientos nutricionales de los niños jóvenes.

La leche es requerida a ser servida en todas las comidas principales, *desayuno, almuerzo y cena* en los siguientes tipos y medidas:

1 - 2 años :	½ taza	Leche Entera
3 - 5 años	¾ taza	1% ó Skim
6 - 12 años	1 taza	1% ó Skim

Efectivo en **Octubre 1, 2011**. Los Consejeros del Programa serán requeridos a verificar el tipo de leche adecuada que es servida. Si no fuera el caso los reembolsos serán rechazados.

Para algunos de ustedes, la transición de leche entera ó 2% a la Skim ó 1% será fácil. Para otros puede ser más dificultoso. Si los niños prefieren el gusto de la entera o 2% entonces comience mezclando la más alta en grasa con la 1% o skim en varias concentraciones hasta que la acepten.

ENTRENAMIENTO REQUERIDO – 2011

Todos los proveedores son requeridos a completar dos horas de entrenamiento cada año para el programa de comidas.

Si encuentra un aviso de Vencido (Past Due) (en rojo) en esta carta de noticias, nosotros no hemos recibido su segunda hora de entrenamiento. Haga referencia a esta nota y complete este requerimiento lo más pronto posible.

LA OMISION DE SATISFACER ESTE REQUERIMIENTO AL TÉRMINO DEL AÑO FISCAL, 15 DE SEPTIEMBRE, 2011, NOS LLEVARÁ A UNA ACCIÓN CORRECTIVA Y, POTENCIALMENTE, A LA TERMINACIÓN DEL PROGRAMA DE COMIDAS.



ES USTED ELEGIBLE PARA LOS BENEFICIOS?

Ha enviado su aplicación?

Las aplicaciones de renovación fueron enviadas el 5 de Julio de 2011 a todos los proveedores actualmente aprobados para reclamar a sus propios hijos y los niños a su cuidado. Estas aplicaciones deben ser devueltas no más tarde del 6 de Agosto, 2011 en orden de poder seguir recibiendo las sumas de Nivel 1 para los menús de Agosto.

Si actualmente tiene el Nivel 1 y reclama a sus propios y no recibió una aplicación, contacte a Kim en las oficinas de ICCB inmediatamente. Si usted es Nivel 1, por escuelas, y no reclama niños residenciales la aplicación no es requerida

NUEVOS NIÑOS PARA AGOSTO?

Si usted está enrolando nuevos niños en Agosto mire adelante en el año escolar. Asegúrese de incluir la información de la escuela aún si el niño no comenzará a ir en el final de Agosto o Septiembre. Estos enrolamientos son efectivos a través de Septiembre 30, 2011. Tenga en cuenta estos detalles AHORA para ahorrar tiempo y dinero más tarde.

Visite nuestra página de computadora www.illinoischildren.com : recetas y actividades, bajar formularios de la computadora y fechas. Para ponerse en contacto con nuestra oficina ICCB@illinoischildren.com



WELCOME New Providers!

ICCB welcomes providers who began participating in the program in June 2011:

Teresa Collins	Lansing
Tim Dotterweich	East Dubuque
Vanessa Fort	Rockford
Lydia Gomez	Waukegan
Janice Morton	Rockford
Tracy Tribble	Rockford

30320

CONSEJO DEL MES A LOS PROVEDORES!

Revise sus mensajes

Cuando usted visite en su cuenta de los **Menus Pequeños (Minute Menu)** puede ver que le aconsejan a ver los mensajes.



¡Usted tiene nuevos mensajes!

Apretar aquí para verlos ahora

0

Apretar aquí para leer sus mensajes.

Solamente noticias importantes son en viadas de esta forma y usted es responsable por la información.

Por lo que, comience a **Buscar sus Mensajes**, si es que no tiene el hábito de verlos a menudo.

LOS OJOS DE LOS NIÑOS SON MÁS SUSCEPTIBLE A LOS DAÑOS DE LOS RAYOS ULTRAVIOLETA EN UN PERÍODO MAS LARGO.

La mayoría de los padres y cuidadores diligentemente aplican cremas anti sol para proteger la piel de los niños de los rayos solares, pero muchos no tienen conciencia del daño de los Rayos Ultravioleta (UV) tienen en los ojos. De acuerdo de la Organización Mundial de la Salud (World Health Organization), hasta un 80 por ciento de la vida de una persona se expone a recibir los rayos UV antes de los 18 años. Usando anteojos anti rayos UV como protección es extremadamente importante. Para mas información de un cuidado adecuado de los ojos a cualquier edad visite, www.preventingblindness.org

MANTENGA AL DÍA SUS REGISTROS

Las reglas de USDA requiere que los proveedores mantengan sus registros por tres años comenzando con el final de cada año fiscal, si es que una auditoria no ha sido resuelta.

Sección 226.10(d) requiere que los proveedores deben mantener, y tenerlos al día para ser revisados, todos los registros del mes corriente como así también de las operaciones de los 12 meses anteriores. Estos documentos deben incluir la documentación de asistencia, enrolamiento, el número de comidas y los menus. Los otros dos años de los registros pueden ser archivados, sin embargo, deben estar accesibles en un tiempo razonable para su presentación.

Para los reclamos en la computadora sus registros de años anteriores deben estar en los Menus Pequeños y disponibles por el tiempo que sea necesario mientras usted use internet. Si su computadora no está en la vecindad de los cuidados diarios, sin embargo, usted debe tomar las medidas necesarias de copiar las Comidas Reclamadas y el Informe de Asistencia para ser revisados. Tenemos dos formas para hacer esto:

- 1 - Haga una copia del informe y guárdela en un archivo.
- 2 - Guarde y proteja los informes mensuales de las Comidas Reclamadas y los Informes de Asistencia en un disco separado o un "flash drive". Esto, fácilmente, puede ser hecho yendo a los Reclamos, muestre el mes que sea reclamado, click "Detalles" en el lugar de Choose a Report elija Claimed Foods and Attendance. Después de obtener la información haga una copia. No se olvide de numerar por el mes y año.



NO OLVIDARSE DE MANTENER LAS COPIAS FIRMADAS DE TODOS LOS NIÑOS TRICULADOS DE AÑOS ANTERIORES COMO ASÍ LOS DETALLADOS ARRIBA.

Recetas Favoritas de los Niños

Bocados de Cucuruchos de Yogurt

Una alternativa mas saludable que los helados. Requiere la ayuda de los niños mayores en la preparación para una actividad mas alegre!



tazas de yogurt de vainilla
taza de cereal de granola
cucuruchos de para ice cream

Rociarlos con : mini chocolates, chips, M&M's, granos machacados, crackers o vainilla crackers

Combinar la vainilla el yogurt y el cereal de granola, colóquelos en los cucuruculos y los rocía con los toppings que mas gusten.

rinde: 8 1 cucurucho = 1 carne/carne alternativa a un snack para 1-5 años
2 cucuruchos = 1 carne/carne alternativa a un snack para 5-12 años