

Noviembre ya está aquí y la época de fiestas ha comenzado oficialmente. El 11 de Noviembre es el Día de los Veteranos, y nos da la oportunidad de rendir honor a todas aquellas personas que sirvieron y se sacrificaron en el servicio militar, permitiéndonos disfrutar de nuestra libertad. Aproximadamente dos semanas después, el Día del Pavo! El Día de Gracias es una magnífica oportunidad para reflexionar acerca de todos los momentos felices que gozamos durante el año, el servicio tan generoso que usted proporciona a los niños que están a su cuidado diariamente, y de toda la gente que aprecia en su vida. Gracias por todo lo que hacen! Feliz Día de Gracias de parte del Equipo de Nutrición.

Avisos

» Otro año de re-inscripciones ha finalizado. Gracias por trabajar con nosotros para hacer este proceso lo más fácil posible.

» Por favor continúe inscribiendo a los niños nuevos durante el primer día de cuidado, envíe una copia firmada a CDA dentro de los primeros 5 días, y guarde una copia para sus archivos.

» Si usted reclama por internet, por favor revise cuidadosamente las comidas y los niños que va a reclamar diariamente antes de guardar para asegurar que su reclamo está correcto.

>> Si usted reclama en las formas para escanear, revise la parte de atrás de su hoja verde de CIF para asegurar que el horario de cuidado para niños de edad escolar que están presentes durante vacaciones/enfermos ha sido documentado. Por favor también anote la hora en que llegan los niños en días mínimos.

» Por favor revise periódicamente su correo electrónico personal para ver mensajes de CDA que muestra "Mensaje de CDA" en la línea del tema. Tenga en cuenta que nunca enviamos un correo cuya información no sea importante; si recibe correo o un correo electrónico de nosotros, contiene información importante que puede afectar su participación en el programa.

» CDA—con la ayuda de nuestras proveedoras, participó en el Reto Tome Acción de CACFP durante el pasado año, Estamos orgullosos de anunciar que con su ayuda somos ganadores de el premio a Nivel Dorado por nuestra participación!

» Continúe estando lista para una visita exitosa de parte de su monitora o auditor. Pueden llegar en cualquier momento!

» CDA permanecerá cerrado el 24 y 25 de Noviembre por el día festivo.

Sandwich de Pavo BBQ

Ingredientes:

- 1 taza de pavo desmenuzado
- ½ taza de zanahoria rallada
- 3 cucharadas de salsa barbeque
- 1 cucharada aderezo Ranchero
- 8 panes integrales
- 8 hojas de lechuga romana



Instrucciones:

Combine el pavo desmenuzado, zanahoria, la salsa barbeque, y el aderezo ranchero en un recipiente mediano y separe. Acomode los panes integrales y coloque una hoja de lechuga sobre la parte de abajo del pan, después uniformemente distribuya la mezcla de pavo entre los panes, coloque la parte de arriba del pan y sirva.

Sabia Usted?

Que Noviembre es el mes dedicado a Tomar Conciencia de la Diabetes. La diabetes es una de las causas mayores de discapacidad o muerte en los Estados Unidos. Uno de cada 12 Americanos tiene diabetes—eso es más de 25 millones de gente. Y otros 79 millones de adultos en los Estados Unidos están en alto riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

Esta es solo una de las muchas razones por lo que su trabajo como proveedora perteneciente al programa de nutrición de CDA es tan importante. Usted tiene una gran oportunidad de educar a niños pequeños acerca de la importancia de comer alimentos saludables, limitar el azúcar, y usar granos enteros. Tome ventaja de eso y ayude a educar una generación de gente con menos riesgo de contraer diabetes tipo 2 a lo largo de su vida. Para aprender más acerca de la diabetes, visite www.healthfinder.gov.

Necesita Ayuda con el Pavo? 1-888-6854