Noviembre 2018

Boletín Informativo

Receta de Temporada

Rollitos a la hora del Pavo

Rinde 6 Porciones

Ingredientes:

1 Tortilla de harina por Niño
1 Lb. Pechuga de Pavo asada al horno picada finamente
1 Taza de salsa de cranberry (arándano) gelatinada
3 Tazas de Puré de Calabaza (butternut squash)
Hojas de Lechuga Romana (Romaine)

Direcciones:

Para cumplir con los requerimientos nutricionales del almuerzo (niños de 1-2 años deben comer 1 oz. de pavo, 1/8 Taza de calabaza) (niños de 3-5 años deben comer 1 ½ oz de pavo, ¼ taza de calabaza) y (niños de 6-12 años deben comer 2 oz de Pavo, ½ taza de calabaza). Adicionalmente, usted puede usar las tortillas pequeñas para niños de 1-5 años, y las tortillas grandes para niños de 6-12 años.

1. Caliente las tortillas de harina, la pechuga de pavo, el puré de calabaza y la salsa de cranberry(arándano) . Por separado
2. Prepare cada tortilla. Mida y unte 2 cucharas de salsa de cranberry (arándano) en cada una.
3. Mida la porción correcta de puré de calabaza de acuerdo a la información anterior en cada tortilla y úntela sobre la capa de salsa de cranberry (arándano)
4. Mida la cantidad correcta de pechuga de pavo picada de acuerdo a la información anterior y úntela sobre la capa de puré de calabaza.
5. Remueva el centro de la hoja de lechuga y póngala sobre el pavo
6. Enrollar la tortilla para formar un rollito

Esta receta cuenta por 3 componentes de alimentos en el almuerzo/cena (Tortilla=pan, calabaza=vegetal, y pavo=carne), para que sea una comida completa acreditable, usted debe añadir una fruta o vegetal y leche.

Adicionalmente, niños de 1-2 años <u>podrían no</u> estar desarrollados para comer rollitos, pero se les puede servir los ingredientes por separado.

Entrenamiento para 2018/2019 Disponible!

Los entrenamientos de PRI para Octubre 2018-Septiembre 2019 son:

Nutrición (2 horas): **"Granos Importantes"**
Seguridad alimenticia /Sanitización (2 horas): **"Salud & Seguridad"**
Registros: (2 horas): **"USDA Cambios en el Patrón de Alimentos "**

Su Monitor de PRI ha recibido copias de los entrenamientos y se las dará durante la primera ronda de revisión de comidas entre Octubre-Enero dependiendo de su mes de revisión. Actualmente tenemos los entrenamientos disponibles en ingles y español y estamos trabajando en la traducción al portugués.

Si usted prefiere hacer sus entrenamientos en el internet, la versión en línea estará disponible para Noviembre 1,2018. Por favor asegúrese que usted selecciona los entrenamientos que dicen FY 2019.

Iniciar la sesión : www.ProviderResources.org y siga las instrucciones para crear una cuenta, si usted necesita una guía paso a paso, llame a la oficina y le enviaremos una.

Si usted ha tomado entrenamientos PRI en el internet usted tiene una cuenta, y no cambia cada año, usted solo necesita ingresar a su cuenta.

Apreciamos cuando los proveedores completan los entrenamientos al momento de recibirlos, pues le toma tiempo a PRI ingresar, corregir y crear los certificados.

Adicionalmente, muchas veces los entrenamientos están diseñados para ayudarle a entender los cambios , así usted evita que se le descuenten las comidas servidas .

Recuerde

Es importante recordar que el patrón de comida cambio en servir 100% jugo de fruta.

No se permite servir jugo 100% a Recién nacidos-1 año
Jugo al100% puede ser servido solamente una vez al día en la comida o refrigerio para niños de 1-12 años.

Este cambio fue hecho para que se le de a los niños más frutas enteras las cuales proveen mas fibra natural en la dieta. Servir jugo excesivamente debe ser denegado.

Use WWW.KIDKARE.COM es la forma mas fácil de asegurar que su reclamo es sometido a tiempo y que el pago es hecho lo mas pronto posible. Es mas fácil que menús de papel y ES GRATIS! . llámenos hoy para comenzar !

411 Merrimack Street, 1st Floor • Methuen, MA 01844 • (781)-939-9292
This institution is an equal opportunity employer.