



February 2023

Be a Little Bit Better Every Day!



Being a part of the Child and Adult Care Food Program Family can be rewarding... and hard. We understand that sometimes the rules and guidelines can seem overwhelming. We hope that the rewards outweigh the hard! Here are some areas that may both make things easier, and the reward sweeter (fewer disallowed meals).

- ◇ Print and hang (by hand or printer) an easy-to-read sign with your meal times on it. The kids that are learning to tell time will appreciate being “in the know” by knowing when the next meal or snack will be. This can also be a visual reminder to you to know when to start preparing the meal. Also, it will help you remember that if you have to postpone the meal or serve it early for some reason, that you should immediately send us a quick text letting us know. We really hate bothering you with a meal review during your posted meal time, and having to disallow the meal because it was served early / late. Also, kids appreciate a set schedule and this can help cut down behavioral issues around meal time.
- ◇ Near your sign in/out notebook, place a list of all of your day care kids and the schedules put on the enrollment form for each one. This can be a quick reminder to see if the kids are actually coming according to the schedule we (and you) have, and to modify it when (or even if) the schedule changes. It should help you keep within your license capacity as well.

Remember to:

- *Submit your claim by the 3rd EVERY month!
- *Check your claim report and any possible errors by the 5th EVERY month. CALL, EMAIL OR TEXT the office if you have any errors you don't understand. If you need help where to find your claim report, read the email sent January 5th and follow the steps there. You can also give us a call and we can walk you through it. Once the report has been posted to send to the state you can also see your check total.
- *Check your claim at the end of the day to make sure you have accurately recorded all of the foods served to the kids, and that you have checked the Wholegrain box if the grain was wholegrain. If you need help figuring this out, go to the menu page on our website and read the wholegrain flyer there, it can really help!

www.helpinghandsutah.org



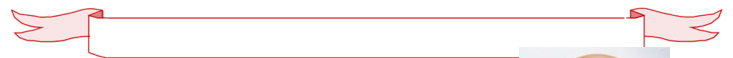
There are many friends and family members out there who are caring for kids at home and, with the cost of food sky rocketing, could use a few extra DOLLARS every month.

Help us find them!

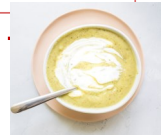
(Receive a FREE gift every time you refer someone to us and they become a part of our child care family*)

Just call us with a name and phone number and we'll do the rest!

*The gift will be awarded after their second month's claim has been received.



Creamy Broccoli Soup



- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| 1 Tbsp olive oil | 4 cups water |
| 2 cloves garlic, minced | 1 can white beans (15 oz) |
| 1 med onion, chopped | drained and rinsed |
| 8 cups chopped broccoli | Salt and pepper to taste |

In soup pot, saute oil, garlic, onions and broccoli about 10 minutes, until tender. Add water and beans in a blender, puree half of the soup, return to pot. Season with salt and pepper. Bring to a boil and simmer for 10 minutes.
Optional: blend 1 cup plain yogurt, 3 Tbsp lemon juice, ¼ cup chopped fresh chives until smooth and drizzle on top of the warm soup.
Yield: 8—1 cup portions

February dates to take note of...

- 1-3rd—Submit your January claim now!
- 16th—Last day to preauthorize President's Day
- 20th—*President's Day* (office closed)
preauthorization needed to claim
- 21st—Newsletters sent out (check your email)
- 25th—Provider Training classes. Spanish & English
Call to register for the class!
- 27th—Staff meeting 1—3 PM (office closed)
- 28th—*Final day to accept new enrollments for Feb.*
*Call before coming to the office, it's open limited hours only 801-955-6234.
Please continue to sign ALL children in & out daily, including your own kids.



Febrero 2023

Sé un poco mejor cada día!



Puede ser gratificante ser parte de la Familia del Programa de alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos... Entendemos que en ocasiones las reglas y pautas pueden parecer abrumadoras. Esperamos que las recompensas superen lo difícil! Aquí hay algunas áreas que pueden hacer las cosas más fáciles y la recompensa más dulce (menos comidas desautorizadas).

◇ Imprima y cuelgue (a mano o con impresora) un letrero fácil de leer con los horarios de las comidas. Los niños que están aprendiendo a decir la hora les encantará a estar "pendientes" al saber cuando será la próxima comida o merienda. Esto también puede ser un recordatorio visual para saber cuándo comenzar a preparar la comida.

Además, le ayudará a recordar que si tiene que posponer la comida o servirla temprano por algún motivo, en ese caso deberá entonces enviarnos un mensaje de texto rápido para avisarnos. Nos sentimos incómodos con tener que molestarla con la revisión del horario de una comida establecida y más incómodos nos sentimos tener que desautorizar esa comida porque se sirvió temprano o tarde. Por otra parte, a los niños les gusta un horario fijo y esto puede ayudar a reducir los problemas de comportamiento a la hora de comer.

◇ Cerca de su cuaderno de registro de entrada/salidas, coloque una lista con los nombres de todos los niños de la guardería y los horarios incluidos en la forma de registro para cada uno. Esto puede ser un recordatorio rápido para ver si los niños realmente vienen de acuerdo con el horario que tenemos nosotros (y usted), y para modificarlo cuando se cambia el horario. Este recordatorio puede ayudarle inclusive a mantenerse dentro de la capacidad de su licencia.

Recuerda a:

***Envíe su reclamo NO más tarde del día 3 de CADA mes!**

***Revise su reclamo de posibles errores antes del día 5 de CADA mes. LLAME, ENVIE CORREO ELECTRONICO O TEXTO a la oficina si tiene algún error que no entiende. Si necesita ayuda para encontrar su informe de reclamo, lea el correo electrónico enviado el 5 de Enero y siga los pasos allí. También puede llamarnos y podemos guiarla a través del teléfono. Una vez que se haya publicado el informe para enviarlo al estado, también podrá ver el total de su cheque.**

***Revise su reclamo al final de cada día para asegurarse que ha registrado con precisión todos los alimentos servidos a los niños y que ha marcado la casilla de Grano Integral si el grano era integral. Si necesita ayuda para resolver esto, vaya a la página del menú en nuestro sitio web y lea el folleto de cereales integrales allí, eso le puede ayudar realmente!**

www.helpinghandsutah.org

Hay muchos amigos y familiares que cuidan a los niños en casa y, con el costo de los alimentos por las nubes, les vendría muy bien unos DOLARES adicionales cada mes.

Ayúdanos a encontrar estas personas! (Recibe un regalo GRATIS cada vez que nos recomiende a alguien que se quiera convertir en parte de nuestra familia de cuidado infantil*)

Solamente danos su nombre y número de teléfono y nosotros haremos el resto!

***El regalo se entregará después de haber recibido el reclamo del segundo mes.**

Fechas para tener en cuenta en Febrero...

- 1-3—Envíe su reclamo de Enero ahora!
- 16—Ultimo día para pre-autorizar el Día de los Presidentes.
- 20—**Día de los Presidentes** (oficina cerrada) preautorización necesaria para reclamar
- 21—Enviamos Carta de Noticias (revise correo electrónico)
- 25—Entrenamiento de Proveedoras en Español e Inglés. Llame para registrarse!
- 27—Reunión Personal 1—3 PM (oficina cerrada)
- 28—Ultimo día para entregar registros de niños para Feb.
- *Llame antes de ir a la oficina. Únicamente se abrirá horas limitadas 801-955-6234.

Por favor continúe firmando la hoja de entrada/salida para TODOS los niños. Incluyendo sus propios niños.

El USDA es un proveedor de igualdad de oportunidades.

Sopa Cremosa de brócoli



- | | |
|--------------------------|------------------------------|
| 1 cucharada aceite oliva | 4 tazas agua |
| 2 clavos ajo picado | 1 lata frijol blanco (15 oz) |
| 1 med cebolla, picada | escurra y lave |
| 8 tazas brócoli picado | Sal y pimienta al gusto |

En una olla para sopa, precaliente el aceite, y agregue el ajo, la cebolla y el brócoli durante unos 10 minutos, hasta que estén blandos. Agregue agua y frijoles en una licuadora, haga puree la mitad de la sopa, regrese a la olla. Condimente con sal y pimienta. Hierva y cocine a fuego lento durante 10 minutos.

Opcional: mezcle 1 taza de yogur natural, 3 cucharaditas de jugo de limón, 1/4 taza cebolleta picada fresca hasta que quede suave y rocíe sobre la sopa tibia.

Rendimiento: 8—1 porciones de taza