



February 2021

Reminders

We have recently seen meals being disallowed for easy to fix reasons. In order to help you receive the MOST MONEY possible for your reimbursement, please remember these things that may decrease your reimbursement.

- ♦ **Juice**—kids love juice! But juice has a LOT of sugar, so the USDA has limited how much juice can be given and when it can be served. Juice can ONLY be served once a day, and only for snacks, or breakfast IF milk is being used on the kids' breakfast cereal. Juice can NEVER be served for lunch or dinner, or that meal will not be reimbursable.
- ♦ **Claim Date**—Too many of our providers are starting to delay sending in their claim. Please remember, claim is due no later than the 3rd of the month—even if you are claiming online! We are seeing some claims being sent in

Make Every Bite Count..

The USDA has recently come out with their new dietary guidelines. Along with the admonition to limit fats and sugars, they have also given us the guideline to "Make every bite count", along with 4 over-arching guidelines. These are:

- ✓ Following a healthy dietary pattern at every life stage.
- ✓ Customizing and enjoying nutrient-dense food and beverage choices to reflect personal preferences, cultural traditions, and budgetary considerations.
- ✓ Focusing on meeting food group needs with nutrient-dense foods and beverages from five food groups—vegetables, fruits, grains, dairy and fortified soy alternatives, and proteins – and staying within calorie limits.
- ✓ Limiting foods and beverages higher in added sugars, saturated fat, and sodium, and limiting alcoholic beverages.

Moderation and common sense seem to be the key to giving ourselves, and our children, a long & healthy life.

February dates to take note of...

- 1-3rd**—Submit your January claim now!
 - 5-8th**—Claims processed, check your claim errors online
 - 11th**—Last day to preauthorize President's Day
 - 15th**—**President's Day** (Office closed). Must preauthorize
 - 19th**—Newsletters sent out (check your email) - date approx.
 - March 1st**—Staff meeting, office closed 1-2 PM
- **NOTE: Due to the ongoing Covid-19 pandemic, we continue to work mostly from our homes. If you need to come to the office, please make an appointment to be sure we are there to help you!**
- Please continue to sign ALL children in & out daily.*

on the 11th and 12th, and there are upset providers when they don't receive a check that month. (Late claims will be processed, but with the next month's claim.) Set your calendar reminders to get the claim to us by the 3rd!

- ♦ **Children with food allergies**—if you enroll a child that has a food sensitivity or allergy (lactose intolerant, milk or egg allergy, nut allergy, etc) please be ready to send a doctor's note WITH the enrollment. If a parent simply wishes their child to have soy milk instead of regular milk, then we need a parent note stating this. Almond and Coconut milk can be served ONLY with a doctor's note saying that only almond and/or coconut milk must be served to the child.
- ♦ **Child care capacity**—many of you have noticed that Accutrak is disallowing for capacity issues. It is true that for the first few months after moving to them, it did not count the capacity, but that issue has been fixed and capacity rules are being followed. Make sure you are not caring for more than your license, certificate, relative care, or alternate care certificates say. This may be a safety issue and will lead to corrective action.

It is hoped that these small reminders will help you correct any errors and you will be receiving an error free claim soon!



A huge THANK YOU to
Boyd Bellows
for his generous donation of
children's socks for our
providers!!

**If you know anyone in real need of children's socks please give us a call and we will notify you if any more become available.

Tabbouleh

Middle eastern salad

- | | |
|---------------------------|--------------------------------|
| ½ cup bulgur, uncooked | 2 Tbsp onion, green |
| 1 cup water | 1 clove garlic, fresh, minced |
| ¾ cup cucumber, fresh | 1 Tbsp olive oil, extra virgin |
| ¾ cup tomatoes, fresh, | 2 Tbsp lemon juice |
| 2 Tbsp parsley, fresh | ¼ tsp salt |
| 2 Tbsp mint leaves, fresh | ¼ tsp black pepper |

½ cup provides ¼ cup vegetable and ½ ounce grains (wholegrain).

Instructions: In a small pan bring water to a rolling boil. Add bulgar; cover and turn heat off. Leave on stove with lid on for 20 minutes. Drain excess liquid, fluff with a fork and allow to cool. Peel and chop cucumbers, chop tomatoes, parsley, mint, and onion. Mix together with garlic in a bowl. In a small bowl, whisk together olive oil, lemon juice, salt and pepper. Combine all ingredients and mix well. Refrigerate before serving.



Febrero 2021

Recordatorios

Recientemente, hemos visto comidas desautorizadas por razones fáciles de solucionar. Para ayudarle a recibir el MAYOR REEMBOLSO posible, por favor recuerde estas razones que hacen que su reembolso se reduzca.

- ♦ **Jugo**—A los niños les encanta los jugos! Pero el jugo tiene MUCHA azúcar, por lo que el USDA ha limitado la cantidad de jugo que se puede dar y cuándo se puede servir. El jugo SOLO se puede servir una vez al día, y solo para meriendas o desayuno Si se usa leche en el cereal de desayuno de los niños. El jugo **NUNCA** se puede servir durante el almuerzo ni la cena, de lo contrario, esta comida no se reembolsará.
- ♦ **Fecha de Reclamo**—Cada vez es más común que nuestras proveedoras estén enviando su reclamo tarde. Por favor, recuerde, que el reclamo vence el día 3 del mes —y esto es también para las proveedoras que reclaman en línea! Hemos visto proveedoras que aún están enviando el reclamo los días 11 y 12 del mes, y muchas de nuestras proveedoras se molestan porque no reciben un cheque que corresponde a ese mes. (Los

reclamos que recibamos tarde se procesarán con los reclamos del siguiente mes.) Establezca recordatorios en su calendario para que nosotros podamos recibir su reclamo el día 3 del mes!

- ♦ **Niños con alergias a los alimentos**—Si registra un niño que tiene alergias o sensibilidad a los alimentos (intolerancia a la lactosa, alergias a la leche o huevos, alergia a las nueces, etc) por favor recuerde que junto CON su registro hay que enviar la nota del doctor. Si simplemente un padre desea que sus hijos reciban leche de soya en lugar de la leche normal, en este caso necesitamos una nota de los padres que indique esto. La leche de Almendras y de Coco pueden ser servidas UNICAMENTE con una nota del doctor que indique que solo se debe servir al niño leche de almendras o coco.
- ♦ **Capacidad del Cuidado del Niño**—muchas de ustedes han notado que Accutrak ha venido desautorizando comidas por problemas de capacidad. Es cierto que durante los primeros meses de cambiarnos a Accutrak, el programa no tenía en cuenta la capacidad, pero ahora ese problema se ha solucionado, y en este momento estamos siguiendo las reglas de capacidad. Asegúrese de no cuidar más de lo que dice su licencia, certificado, cuidado familiar, o cuidado alterno. Este puede ser un problema de protección y con llevará a una acción correctiva.

Esperamos que estos pequeños recordatorios le ayuden a corregir cualquier error y pronto recibirá un reclamo sin errores!

Haga que cada bocado cuente...

El USDA ha publicado recientemente sus nuevas pautas dietéticas. Junto con el consejo de limitar las grasas y los azúcares, también ellos nos han dado el modelo de "Haga que cada bocado cuente", junto con 4 pautas generales. Estas son:

- ✓ Seguir un modelo dietético saludable en cada etapa de la vida..
- ✓ Personalizar y disfrutar de opciones de alimentos y bebidas ricas en nutrientes para reflejar las preferencias personales, las tradiciones culturales y las consideraciones presupuestarias.
- ✓ Centrarse en satisfacer las necesidades de los grupos de alimentos con alimentos y bebidas densos en nutrientes de cinco grupos de alimentos – vegetales, frutas, cereales, lácteos y alternativas de soya fortificada y proteínas – y mantenerse dentro de los límites de calorías.
- ✓ Limitar los alimentos y bebidas con alto contenido de azúcares añadidos, grasas saturadas y sodio, y limitar las bebidas alcohólicas.

Moderación y sentido común parecen ser la clave para darnos a nosotros mismos y a nuestros hijos una vida larga y saludable.

Fechas para tener en cuenta en Febrero...

- 1-3**—Enviar su reclamo de Enero ahora!
 - 5-8**—Reclamos procesados, revise la carta de errores en línea
 - 11**—Ultimo día para autorizar el día de los Presidentes
 - 15**—**Día de los Presidentes** (Oficina cerrada). Debe pre-autorizar
 - 19**— Se enviará carta de Noticias (revise su correo) - fecha aproximada.
 - Marzo 1**—Reunión Personal Oficina, oficina cerrada 1-2 PM
- **NOTA: Debido a la epidemia Covid-19, continuamos trabajando de nuestras casas así como en la oficina. Si necesita venir a la oficina, por favor haga una cita para estar segura de que estamos allí para ayudarla!**

Por favor continúe con las firmas de entrada/salidas para TODOS diariamente.



Muchas gracias a
Boyd Bellows
Por su generosa donación de
calcetines para niños de
nuestras proveedoras!!

**si sabe de alguien que necesite
calcetines para niños por favor avísenos!

Tabbouleh

Ensalada del Medio Oriente

½ taza bulgur, sin cocinar	2 cucharadita cebolla verde
1 taza de agua	1 clavo ajo, fresco, picado
¾ taza pepino, fresco	1 cucharadita aceite oliva
¾ taza tomates, frescos,	2 cucharadita jugo limón
2 cucharadita perejil, fresco	¼ cucharadita sal
2 cucharadita hojas menta	¼ cucharadita pimienta negra

½ Taza Provee: ¼ taza de vegetales y ½ onza de grano (granoentero)

Instrucciones: En una vasija pequeña, ponga a hervir el agua, Agregue bulgar; cubra y apague el fuego. Dejar en la estufa con la tapa puesta por 20 minutos. Escurrir el exceso de liquido, esponjar con un tenedor y dejar enfriar. Pelar y picar pepinos, picar tomates, perejil, menta, y cebolla. Mezcle con el ajo en una vasija. En una vasija pequeña, mezcle el aceite de oliva, jugo de limón, sal y pimienta. Combine todos los ingredientes y mezcle bien. Refrigere antes de servir.