NUTRITION FIRST NEWS





New Tier Reimbursement Rates Effective Now

The federal government has released the fiscal year 2014-2015 tier reimbursement rate for home child care providers. These rates took effect July $1^{\rm st}$ and last through June 30, 2015. You will see the new reimbursement rates with your July menu check, released in August 2014.

Hopefully you have sent your income proof to us. Do remember that you can still provide this proof at any time; however, tier changes only take place in the month in which we receive this proof. Please call with any questions you may have, or if you need additional forms.

Thanks

The Reimbursement Rates Are As Follows					
<u>Tier O</u>	ne	<u>Tier Two</u>			
Breakfast	1.31	Breakfast .48			
Lunch/Dinner	2.47	Lunch/Dinner 1.49			
Snacks	.73	Snacks .20			

Banana Raspberry Bread

Have this yummy quick bread with a side of low-fat Greek yogurt and you'll get the carbs and protein you need to fuel exercise and recovery.

- Vegetable oil cooking spray
- 2 cups all-purpose flour
- ¾ cup sugar
- 2 tsp. baking powder
- ½ tsp. baking soda
- ½ tsp. salt
- 4 large ripe or overripe bananas, mashed

- ¼ cup skim milk
- 1 large egg
- 1 tsp. vanilla extract
- 1 cup fresh or frozen raspberries



Heat oven to 350 degrees. Coat an 8" loaf pan with cooking spray. In a bowl, combine flour, sugar, baking powder, baking soda and salt; whisk to blend. Make a well in the center and set aside. In a bowl, combine bananas, milk, egg and vanilla; fold in raspberries. Pour batter into center of dry ingredients; fold together until combined. Do not over mix. Pour batter into loaf pan; bake one hour or until a toothpick inserted in the center comes out clean. Cool in pan on a wire rack for 10 minutes. Remove from pan and cool completely. www.sharecare.com

Curried Coconut Quinoa & Greens w/Roasted Cauliflower

A simple vegan and gluten-free meal, this quinoa cooked in coconut milk with spicy Indian flavors is mixed with greens and topped with roasted cauliflower.

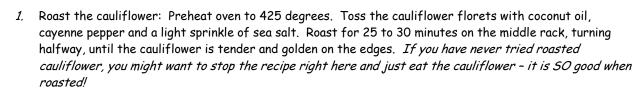
Roasted Cauliflower:

- 1 head cauliflower, cut into bite-sized pieces
- 2 tablespoons melted coconut oil or olive oil
- ½ teaspoon cayenne pepper
- Sea salt

Curried Coconut Quinoa with Greens:

- 2 teaspoons melted coconut oil or olive oil
- 1 medium yellow onion, chopped
- 1 teaspoon ground ginger
- 1 teaspoon ground turmeric
- $\frac{1}{2}$ teaspoon curry powder (optional)
- ½ teaspoon ground cardamom
- 1 can (14 oz.) light coconut milk

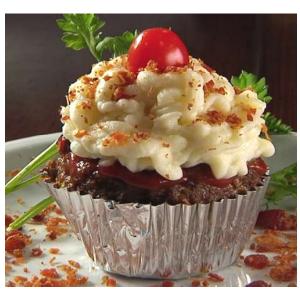
- ½ cup water
- 1 cup quinoa, rinsed well in a fine mesh colander
- 1/3 cup raisins
- 1 teaspoon sea salt
- 1 tablespoon cider vinegar
- 4 cups baby arugula or chopped chard or spinach



- 2. Cook the quinoa: In a large pot with a lid, warm the coconut oil over medium heat. Add the onion and cook until translucent, stirring often, about 5 minutes. Add the ginger, turmeric, curry powder and cardamom and stir until fragrant, about 30 seconds. Pour in coconut milk, water, rinsed quinoa and raisins. Bring the mixture to a boil, then cover and reduce heat to a simmer. Cook for 15 minutes, then remove pot from heat and let it rest for 5 minutes.
- 3. Fluff the quinoa with a fork. Stir in the salt, vinegar and greens (if you intend to eat this dish again as leftovers, I recommend storing leafy greens separate from the quinoa, as the greens don't reheat well). Divide the quinoa into bowls and top with roasted cauliflower. Garnish with green onions and red pepper flakes if you'd like. Credit: CookieandKate.com

Meatloaf Cupcakes

A new provider in Aumsville, Kari Manrubia, was perusing Pinterest and found this great idea for feeding kids: Make your favorite meatloaf recipe. Instead of putting it in a loaf pan, divide it out and put it in cupcake or muffin tins to bake. When the meat is done, let it rest a bit in the tins, remove the meat, and "ice" the top of the meatloaf cupcakes with mashed potatoes and a sprinkle of paprika or whatever spice you'd like. Thanks for the tip, Kari! *Pinterest*





NUEVAS tarifas comenzaron el primero de Julio 2014.

Tarifa 1 Desayuno \$1.31 Almuerzo y Ĉena \$2.47 Botanas \$ 0.73 Tarifa 2 Desayuno \$ 0.48 Almuerzo y Ĉena \$ 1.49 Botanas \$ 0.20



Comenzando Agosto primero cuando inscriba a un infante solo usara la hoja amarilla **siempre y cuando** sea la nueva hoja que tiene la porción para los infantes en ella. Arriba de la parte de identidad racial o ética encontrara una caja que pide la información sobre la comida del infante.

Esto no cambia nada para el proveedor, usted aun debe de ofrecer la formula y comidas para el infante a los padres. (Si no sabe si tiene las hojas nuevas busque la fecha de REV 7/20/2014 en la parte de debajo de la forma amarilla)

Внимание!

С 1 Июля 2014 г. вступили в силу новые компенсационные тарифы

	Территория 1	Территория 2
Завтрак	\$ 1.31	\$ 0.48
Обед/Ужин	\$ 2.47	\$1.49
Перекуска	\$ 0.73	\$ 0.20

Внимание! Вступает в силу новая Вступительная Форма Ребёнка На Пищевую Программу.

Обратите внимание, что теперь вам не нужно будет присылать дополнительную форму о предоставляемой в вашем саду детской формуле в случае зачисления в

Новая Обновлённая		Nutrition First USDA Child Care Food Program PO Box 2316 Salem, OR 97308-2316		316	восг	пито если:) ННЫЕ ДЕТИ ИТАТЕЛЯ
BCT	УПИТЕЛЬН	ЧОРМА РЕВ	ЁНКА НА П	ищевую г	ГРОГРАММУ	
ЗАПОЛНЯЕТСЯ необходима только д Программе.	ТОЛЬКО РО, для подтвержде	ПОЛИВНИЕ В В В В В В В В В В В В В В В В В В В	ІЕКУНАМИ. оделения статус	эта информаці а при участии і	ея конфиденциали з Детской Пищево	west in
p	Іпя зачислени	я на Nutrition Firs	t USDA Детску	ю Пищевую Г	Ірограмму	
	-	Имя воспитате.	no / House ver	ramous	_	
Я желаю зачислить г которая компенсируе		на и информация	о которых запи	саны ниже, на ,		
Имя и фамилия ребёнка	Дата рождения	ОТМЕТЬТЕ ПРЕ время в саду	завтрак утр.			поздн.
		99	0-9 am 110p			
		0 20				
		с до				
		,				ьные дни?
Являются ли деті Пищевая аплергі СЕКЦИЯ О ПИТАН Воспитатель предс	и родственни ия ии младени оставляет	ками воспитате ДЕВ : Заполняе	еля? (округли гся в случае н (название) о	те): Да Нет аличия ребё богащённую :	нка в возрасте келезом детскую	до 1 года
Являются ли деті Пищевая аплергі СЕКЦИЯ О ПИТАН Воспитатель предс	и родственни ия	ками воспитате ДЕВ : Заполняет маю предложенн	еля? (округли гся в случае н (название) о гую воспитател	ге): Да Нет аличия ребё богащённую з тем детскую ф	нка в возрасте железом детскую формулу	до 1 года
Являются ли дет Пищевая апперги СЕКЦИЯ О ПИТАН Воспитатель предс Отметьте одно из: Я понимаю, что не грудное молоко ил	и родственни ия ИИ МЛАДЕНІ ОСТАВЛЯВТ Я прини Я не при- принимая пре	ками воспитате ДЕВ: Заполняе: мак предложения нимен предложеную вост ую дет формулу	аля? (округли гся в случае н (название) о гую воспитател енную воспита интателем фор	те): Да Нет валичия ребё богащённую з телем детскую мулу, я согла	нка в возрасте келезом детскую сормулу ю формулу шаюсь сама пок	до 1 года о формулу
Я понимаю, что не грудное молоко ил воспитателя получ Помалуйств отметье В Заменьове гриналее	и родственни им	ками воспитате ДЕВ: Заполняе: маю предложення нимаю предложення нимаю предложення дложенную вост досковную вост до дат.формулу рии за питания.	еля? (округли гся в случае н _ (название) о гую воспитателен внеую воспита витателем фор для питаний в дляжность (зап	те): Да Нет наличия ребё богащённую : нем детскую ф телем детскую мулу, я согла коего ребёнка	нка в возрасте калезом детскум гормулу ю формулу шанось сама пре с с целью возмо	до 1 года о формулу
Являются ли детг Пищевая апперп СЕКЦИЯ О ПИТАН Воспитатель пред Отметьте одно из: Я понимаю, что не груднов могоко ил воспитателя получ	и родственни ия ИИ МЛАДЕНІ ОСТАВЛЯВТ Я прини Я Я прини Я Не при принимая пре и утверждённ зать компенсав. Рассовая кли в рассовую или отн несть. В	ками воспитате ДЕВ: Заполняе: мако предложени нимено предложени дложенную восг ую дет.формулу рии за питания.	еля? (округли гся в случае и 	те): Да Нет каличия ребё богащённую : кем детокую ф телем детокую мулу, я оогла коего ребенка	нка в возрасте непезом детскуе келезом детскуе коформулу шаюсь сама пре а с целью возмо захельно) захельно	до 1 года о формулу
Являются ли детт Пищевам апперто СЕКЦИЯ О ПИТАН- ВОСПИТАТИВ предоста Я пономаю, что не Я пономаю, что не ВОСПИТАТИВ ПОЛОЖНО ВОСПИТАТИВ ПОЛОЖНО ЗАМЕНТОВ ПОЛОЖНО ВОСПИТАТИВ ВОСПИТАТИВ ВОСПИТАТИВ В ПОМЕТРИИ В ВОСПИТАТИВ В ВОСПИТАТИВ В В В ПОМЕТРИИ В В ВОСПИТАТИВ В В ВОСПИТАТИВ В В В В ПОМЕТРИИ В В ВОСПИТАТИВ В В ВОСПИТАТИВ В В В В В В В В В В В В В В В В В В	и родственни ия иии младені ставляєт Леприни Ладені Леприни Ладені Лепринима пре и утверхдення рассоват мине рассоват мине	ками воспитать цев : Заполняе: мако предпоження нимако предпоженную дроженную вост кую дет формулу рим за питанами, нименью принадления всемення принадления доставления дрожения менения дрожения дрожения нем дрожения дро	еля? (округли гся в случае н (название) о уму воспитате ненную воспитате ненную воспитате для питаний в прожность (запитаний в прожность (запитаний в прожнени Аглеси Африкания Аглеси цель (детом)	те): Да Неп шличия ребё богащённую : шем детскую ф телем детскую ф подпать но обо подпать но обо подпать но обо подпать детско п	нка в возрасте екалезом детскую рормулу ю формулу в с целью возмо зательно) зак туземец Сада. Я полумов, че	до 1 года о формулу офоставлять окности для от воспивания о воспивания
Являются ли детт Пищевам апперти СЕКЦИЯ О ПИТАН- ВОСПИТАТЕМ В РОЗВЕТОВ ЭТО В В В В В В В В В В В В В В В В В В В	и родственнии и и и и и и и и и и и и и и и и и	ками воспитате ЦЕВ : Заполняе: «маю предложеннями предл	эля? (округли: гся в случае н	ге): Да Нет заличня робіботаційнную о телем детскую телем	нка в возрасте екалезом детскую рормулу ю формулу в с целью возмо зательно) зак туземец Сада. Я полумов, че	до 1 года до 1 года о формулу мдоставлять- онности для ог восентавлять од в Датовым Саду в доставлять саду
Педпяются ли детт Пищевая апперт Секция О ПИТА- Воспитатель пред Отметьте одно на: по понямаю, что не прурдное молоко и помертураное молоко и помертураное молоко и помертураное молоко и помертураное молоко и помертураное померти дет секси также и померти и не истануют померти и не истануют померти помертураное помертураное померти помертураное п	и родственния яя или илладени яя или илладени станальяет	ками воспитате ЦЕВ : Заполняет маю предпоменн немизе предпоменн немизе предпоменую вого доложеную вого доложеную вого доложеную вого немизе питанами темическая принад немизе презадимен започной	эля? (округли гся в случае н (название) о уко воспитате венную воспитате венную воспитате венную воспитате для питаний в для пи	те): Да Нета каличия реббе богащенную и милу в отпа м	нка в возрасте неливом детскую рормулу ко формулу шанове сама пре с цельно возме зательно) ий туземец Сама. Я попремер На пог кле дерее На пог кле дерее	до 1 года о формулу ндоставлять- окности для от воспиванения и воспиванения для датими Садуа-
Являются ли дет Пищевея аплерта Секция О питатель Вослитатель предс Отметъте одно из: Я понямаю, что не груднов молоко ил воспитателя получ Поматуйста отмества Этелессая голька се	и родственния яя ими младен и младен и родственния яя ими младен и младен и росственния в принима пред принима пред принима пред принима пред принима пред принима пред пред пред пред пред пред пред пред	ками воспитате ЦЕВ : Заполние михо предпосия применения придложения придложения раздложения придложения придложения придложения придложения придложения придложения применения придложения	вля? (округли и случае и цизавание) о український случае и цизавание) о український случае виденти питателений в да питателений в деятелений в	те): Да Нет паличия робій богаційнную з мем детскую ф телем детску мулу, я согла опівать не обо палення детску робіни палення детску п	нна в возрасте нализами детокум оброжуму	до 1 года о формулу вдоставлять онности для от воссивальной в деговы Саху цесси, резегия

сад ребёнка в возрасте до 1 года. Эта информация будет указываться на вступительной форме в её средней части.

Пожалуйста, удалите все старые формы. Я буду иметь новые формы при себе на визите а так же вкладывать их в пакет документов

Nutrition First News Staff

Susan Maxwell Director/Editor
Kathy Derr Program Mgr.
Carmen Romero Program Rep.
Natasha Maslova Program Rep.
Laura Daberkow Support Spec.
Sally Youell Artwork/Layout

Nutrition First

PO Box 2316
Salem, OR 97308-2316
503-581-7563 or 1-800-288-6368
Nutrition First USDA Child Care
Food Program is a program of the
Mid-Willamette Valley
Community Action Agency

Mid-Willamette Valley Community Action Agency, Inc. 2475 Center St. NE Salem, OR 97301

NON-PROFIT US POSTAGE PAID SALEM, OR PERMIT #508



MENU WINNERS

The menu winners for July are Lourdes Guzman of Woodburn & Halyna Hubenya of Albany



- Keep those menus coming in on time -- you might be next!
- Remember -- to enter, menus need to be in an envelope with your name and address on the outside.

Thanks and Good Luck!!

"Good nutrition is the right of all children."

Looking For More Training?

Child care providers can now access information on trainings that are happening all over the state of Oregon. The on-line training calendar at www.oregonchildcaretraining.org will let you search by county, as well as by training category and date. Check it out!

The U.S. Department of Agriculture prohibits discrimination against its customers, employees, and applicants for employment on the bases of race, color, national origin, age, disability, sex, gender identity, religion, reprisal, and where applicable political beliefs, marital status, familial or parental status, sexual orientation, or all or part of an individual's income is derived from any public assistance program, or protected genetic information in employment or in any program or activity conducted or funded by the Department. (Not all prohibited bases will apply to all programs and/or employment activities.)

If you wish to file a Civil Rights program complaint of discrimination, complete the USDA Program Discrimination Complaint form, found online at http://www.ascr.usda.gov/complaint-filing-cust.html, or at any USDA office, or call (866) 632-9992 to request the form. You may also write a letter containing all of the information requested in the form. Send your completed complaint form or letter to us by mail at U.S. Department of Agriculture, Director, Office of Adjudication, 1400 Independence Avenue, S.W., Washington, D.C. 20250-9410, by fax (202) 690-7442 or email at program.intake@usda.gov

Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339; or (800) 845-6136 (Spanish). USDA is an equal opportunity provider and employer.

MWVCAA is an equal opportunity provider and employer.