



October 2022

The Greatest Crunch on Earth!



Each October, schools, preschools, workplaces, and individuals across Utah celebrate National Farm to School Month by crunching into Utah-grown apples. The Apple Crunch is a way to get excited about delicious local produce, help students understand where their food comes from, and support local farmers. Across the state, students taste-test different apple varieties, take field trips to local farms, and participate in other apple-themed learning activities.

Want to be part of the Greatest Crunch on Earth? [Register Today!](#)

Current Crunch Information & Resources

- The 2022 Apple Crunch will be held on **October 19th**. If that day doesn't work for you, just choose another day in October to celebrate. Our goal this year is to have 200,000 participants, we hope you're among them!
- [Download the Crunch Guide here](#). This guide contains all the information you need to host a successful Apple Crunch.
- Find apples! A list of local growers is included in the Crunch guide, and you can also check out the [Producer List](#). How many apples do you need? Use our handy [Apple Calculator](#) to find out.
- Don't forget to publicize your event. We've got [poster templates and logos](#) available to download, along with social media tips.
- [Learn all about apples with our friend Captain Create from the USU Create Better Health SNAP-Ed program.](#)

Have a Safe & Fun Halloween!

- ◆ Children under 12 should be always be accompanied by an adult
- ◆ Be alert for Halloween decorations on sidewalks, steps, or porches
- ◆ Walk on the sidewalk
- ◆ If there is no sidewalk, walk against traffic as far to the left as possible
- ◆ Cross at street corners, not in the middle of the street
- ◆ Teach children not to dart out between parked cars
- ◆ Add reflective tape to the children's costumes and treat bags
- ◆ Take a flashlight or glow stick
- ◆ Masks may obstruct a child's vision. Instead, try non-toxic face paint and makeup.

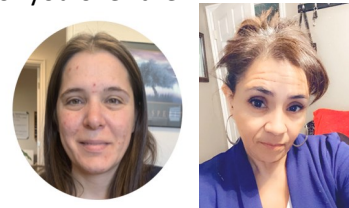


Have fun and be careful!

A Sad Goodbye, and a New Welcome!

This month we bid a sad farewell to one of our favorite monitors! **Massiel Caceres** is leaving us to pursue new adventures and experiences. She has been a part of our little family for a decade and will be sorely missed!

We are happy to introduce 2 new monitors that have joined us. **Natalia Cagliani** and **Lindsay Roman**. They are both bilingual, have both been home childcare providers, and come with enthusiasm and experience. They will be meeting each of you over the next few months. Please give them a warm welcome. They will be working hard to learn all of the monitoring duties.



A big Thank You to F45 Sports Gym in Jordan Landing For their donation to the children!

October dates to take note of...

1-3rd—Submit your August claim now!

20th—Newsletters sent out (check your email)

31st—**Halloween!**

Final day to accept new enrollments for Oct.

Staff Meeting (office closed 1-3 PM)

*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.



Quick Quesadilla

- | | |
|----------------------------|-----------------------------|
| 2 cups spinach (frozen) | ¼ tsp chili powder |
| 1 cup kidney beans, canned | 4 wholegrain tortillas (8") |
| 1 tsp garlic powder | 1½ cups cheese, shredded |
| ½ tsp onion powder | |

Thaw, drain, and squeeze excess liquid from spinach. Preheat oven to 350°F. Put drained and rinsed kidney beans in a microwavable bowl. Add garlic, onion, and chili powders. Lightly mash beans. Heat in microwave for 1 min., stir. Place 2 tortillas on a baking sheet. Spread ¾ cup of spinach on each. Top with 1/3 cup beans and ¾ cup of cheese. Spread. Place remaining tortillas on top. Spray lightly with nonstick cooking spray. Bake for 15 minutes. Cut each into 6 wedges. Serve 2 wedges.





Octubre 2022

El Crujido más Grande de la tierra!



Cada Octubre, las escuelas, los preescolares, los lugares de trabajo y las personas de todo Utah celebran el Mes Nacional de la Granja a la escuela comiendo manzanas cultivadas en Utah. Manzanas crujientes es una manera de entusiasmarse con los deliciosos productos locales, ayudar a los estudiantes a comprender de dónde provienen sus alimentos y apoyar a los agricultores locales. En todo el estado, los estudiantes prueban diferentes variedades de manzanas, hacen excursiones a granjas locales y participan en otras actividades de aprendizaje con temas de manzana.

Quiere ser parte del crujido mas grande de la tierra? [Regístrese hoy!](#)

Información y Recursos reales de crujimiento

- El crujimiento de la manzana del 2022 se llevará a cabo el **19 de Octubre**. Si ese día no te conviene, elige otro día de Octubre para celebrarlo. Nuestro objetivo este año es llegar a los 200,000 participantes, esperamos que estés entre ellos!
- [Descarga la guía de Crunch aqui](#). Esta guía contiene toda la información que necesita para organizar un exitoso Apple Crunch.
- Encuentre las manzanas! Se incluye una lista de productores locales en la guía de Crunch, y también puede consultar la lista de productores. [Producer List](#). Cuántas manzanas necesitas? Utilice nuestra calculadora manual [Apple Calculador](#) para averiguarlo.
- No olvides publicitar tu evento. Tenemos [poster templates and logos](#) disponibles para descargar, junto con consejos de las redes sociales.
- [Learn all about apples with our friend Captain Create from the USU Create Better Health SNAP-Ed program.](#)

Tenga un Halloween Seguro y divertido!

- ◆ Niños menores de 12 años deben estar acompañados por un adulto.
 - ◆ Esté alerta a las decoraciones de Halloween en las aceras, escalones o porches.
 - ◆ Camine por la acera
 - ◆ Si no hay acera, camine contra el tráfico lo más a la izquierda posible.
 - ◆ Cruce en las esquinas de las calles, no en el medio de la calle.
 - ◆ Enseñe a los niños a no salir corriendo entre los carros parqueados.
 - ◆ Agregue cinta reflectante a los disfraces de los niños y bolsas de dulces.
 - ◆ Lleve una linterna o barra luminosa
 - ◆ Las mascararas pueden obstruir la vision de un niño. En su lugar, pruebe con pintura facial y maquillaje no tóxico.
- Diviértete y se cuidadoso!



Una triste despedida y nueva bienvenida!

Este mes tenemos una despedida triste, de una de nuestras monitoras favoritas! **Massiel Caceres** nos deja para buscar nuevas aventuras y experiencias. Ella ha sido parte de nuestra pequeña familia durante una década y la vamos a extrañar!

Por otro lado, estamos felices de presentar a nuestras 2 nuevas monitoras que se han unido a nuestro grupo. **Natalia Cagliani** y **Lindsay Roman**. Las dos son bilingües, y conocen muy bien el programa ya que ambas han cuidado niños en sus casas, ellas llegan con mucho entusiasmo y experiencia. Ellas se reunirán con ustedes en los próximos meses. Por favor deses una cordial bienvenida. Ellas vienen dispuestas a trabajar fuerte para a prender todo lo relacionado a las visitas.



¡Un gran agradecimiento a Gimnasio F45 en Jordan Landing por su donación a los niños!

Fechas para tener en cuenta en Octubre...

- 1-3—Envíe su reclamo de Septiembre ahora!
- 20—Enviamos la Carta de Noticias (revise correo electrónico)
- 31—**Halloween!**



Ultimo día para aceptar nuevos registros para Octubre.
Reunión personal (oficina cerrada 1-3 PM)

*Llame antes de venir a la oficina, Oficina únicamente abierta en horario limitado 801-955-6234.

Por favor continúe con las firmas de TODOS los niños diariamente, incluyendo sus propios niños.

Quesadilla rápida

- | | |
|------------------------------|-------------------------------|
| 2 tazas espinacas congelada | ¼ cucharadita chile en polvo |
| 1 taza frijol rojo, enlatado | 4 tortillas trigo entero (8") |
| 1 cucharadita ajo sal | 1½ tazas queso rallado. |
| ½ cucharadita polvo cebolla | |

Descongele, escurra y exprima el exceso de líquido de las espinacas. Precaliente el horno a 350°F. Coloque los frijoles rojos escurridos y enjuagados en un recipiente apto para microondas. Agregue el ajo, la cebolla y los chiles en polvo. Triture ligeramente los frijoles. Caliente en el microondas por 1 min., revuelva. Coloque 2 tortillas en una bandeja para hornear. Extienda ¾ tazas de espinacas en cada uno. Cubra con 1/3 taza de frijoles y ¾ taza de queso. Extienda. Coloque las tortillas restantes encima. Rocíe ligeramente con spray antiadherente para cocinar. Horneé por 15 minutos. Corte cada uno en 6 partes. Sirva 2 partes.