

June 2024

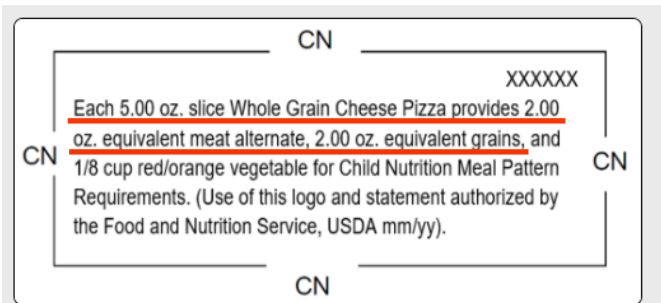
## Chicken Nuggets & Fish Sticks & Corndogs—Oh My!

Kids just love them... They are easy... They are tasty... So why not serve them?

You can!! BUT there are a couple of things you need to do BEFORE you serve them. And there are some very good reasons why there are these steps to take.

Every food manufacturer has their own recipes (just like we do!). Some like to make the batter really thick on their corndogs, some like a little less. The same with the breading on the chicken nuggets, or the fish sticks. So how do you know how many sticks, nuggets, tenders, etc. to serve to meet the requirements for meat/meat alternates, or bread/grain? How many nuggets equals 1½ ozs of chicken? (The requirement for a 4 year old).

The USDA realized this dilemma a few years ago and came up with a system so schools, day care centers, child care homes, etc. would know just how many they needed to serve. It is called "CN Labels" (Child Nutrition Labels). For a while, these labels were easily available on the backs of the larger packages of these "combination foods".



Note: The CN number on the sample label is not an actual CN number. A valid CN label will never have XXXXXX as a CN number.

As you can see, this label is for a frozen whole grain cheese pizza. This label tells the preparer that each slice contains enough meat and grain to meet the meal requirement for a 6-12 year old, but not enough pizza sauce to meet the vegetable requirement, so more vegetables would need to be served along with the pizza. This makes it so much easier

to know how much to serve!

Lately, however, fewer companies are electing to not print them on the packages. So what can you do?

First of all—do NOT just ignore it and serve them without this information. It really is important. So we have a few other ways to get this information.

The USDA has created a data base with ALL the food products that have been tested and received CN labels. It's a large database, so it needs to be searched to find just what you are looking for. We have a link to the most current database on our website, and here is the link to go to it yourself (just click here and it will automatically take you to it). [CN Label Data Base](#)

There is one other way to be able to serve these foods to your kids, it's through a Product Formulation Sheet. This is easily obtained by:

- 1) Look at the package of the product you wish to serve.
- 2) Find the manufacture's name.
- 3) "Google" the name of the manufacturer and go to their main website.
- 4) Click on "contact us" at the bottom of the website.
- 5) Type an email requested a Product Formulation Statement for the item. Include the UPC number, the product full name, and the product ID number.

You should hear back from them with a PFS (if it is approved to be served in the child nutrition program). Print the sheet, put it where you can use it when you cook the item. Always purchase the same item afterwards, and you won't need to do this again! Here is what a UPC number and Product number look like:



We also have a library of PFS statements, so contact your monitor if you need more help in this!

### Broccoli Chicken Quesadilla

- |  |   |
|--|---|
| ½ lb (1½ cups) shredded cooked chicken | ¼ cup butter, melted                    |
| 1 tsp taco seasoning                   | 2 cups shredded cheese (of your choice) |
| 8 whole wheat tortillas                | ½ cup chopped cooked broccoli           |



Preheat oven to 375° F. Combine chicken and taco seasoning in a bowl. Brush one side of each tortilla with butter and place buttered side on a lightly greased baking sheet. Spoon ¼ cup of chicken mixture on half of each tortilla. Sprinkle 1 Tbsp of broccoli and ¼ cup of cheese on top. Fold plain side of tortilla over the mix. Repeat for remaining seven tortillas and bake at 375° F for 9-11 minutes or until golden brown.  
One quesadilla provides 1 oz grain and 1½ oz meat/meat alt.

### June dates to take note of...

**1-3rd**—Submit your May claim!

**16th**—Father's Day

**21st**—Newsletters sent out (check your email)

**24th**—Staff meeting 11-1 PM (office closed)

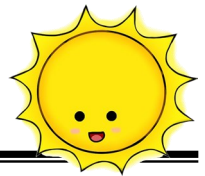
**30th**—Last day to accept new enrollments for June

**July 1st**—Last day to preauthorize Independence Day

\*Call before coming to the office, it's staffed for limited hours only 801-955-6234.

Please continue to sign ALL children in & out daily, including your own kids.

The USDA is an equal opportunity provider.



Junio 2024

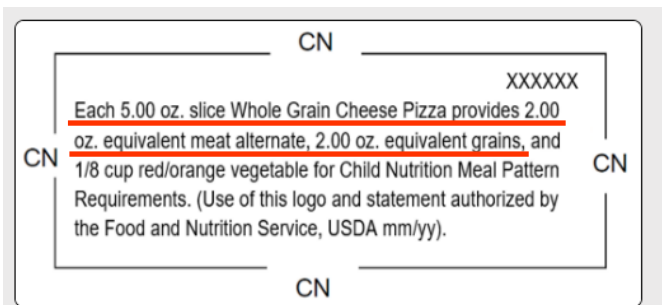
## Nuggets de Pollo y Palitos de pescado y Corndogs—Oh Wow!

A los niños les encantan... Son fáciles... Son sabrosos... Entonces, ¿por qué no servirlos?

¡¡Puede!! PERO hay un par de cosas que debe hacer ANTES de servirlos. Y hay muy buenas razones por las que es necesario tomar estas medidas.

Cada fabricante de alimentos tiene sus propias recetas (¡como nosotros!). A algunos les gusta hacer que la masa sea mas espesa en sus corn-dogs, otros les gusta un poco menos. Lo mismo con el empanizado de los Nuggets de pollo o los palitos de pescado. Entonces, ¿cómo se sabe cuántos palitos, Nuggets, filetes, etc. se deben servir para cumplir con los requisitos de carne/sustitutos de carne, o pan/cereales? ¿Cuántos Nuggets equivalen a 1½ onzas de pollo? (El requisito para un niño de 4 años).

El USDA se dio cuenta de este dilema hace unos años y creo un sistema para que las escuelas, guarderías, hogares de cuidado infantil, etc. supieran cuántos necesitaban dar. Se llama "Etiquetas CN" (Etiquetas de nutrición infantil). Durante un tiempo, estas etiquetas estuvieron fácilmente disponibles en la parte posterior de los paquetes más grandes de estos "alimentos combinados".



Note: The CN number on the sample label is not an actual CN number. A valid CN label will never have XXXXXX as a CN number.

Como puede ver, esta etiqueta es para una pizza integral de queso congelada. Esta etiqueta le dice al preparador que cada rebanada contiene suficiente carne y granos para cumplir con los requisitos de comida de un niño de 6 a 12 años, pero no suficiente salsa de pizza para cumplir con los



### **Fechas para tener en cuenta en Junio**

**1-3rd**—Envíe su reclamo de Mayo hoy!

**16th**—*Día del Padre*

**21st**—Se enviará Carta de Noticias (revise correo)

**24th**—Reunión Personal 1—3 PM (oficina cerrada)

**30th**—Ultimo día para aceptar registros de Mayo

**Julio 1st**—Ultimo Dia para Pre-autorizar el Dia de la Independencia .

\*llame antes de ir a la oficina, Horas limitadas únicamente 801-955-6234.

*Por favor continúe firmando por TODOS las entradas/salidas diariamente. Incluyendo sus propios hijos.*

requisitos de verduras, por lo que sería necesario servir más verduras junto con la pizza. ¡Esto hace que sea mucho más fácil saber cuánto servir!

Últimamente, sin embargo, cada vez menos empresas optan por no imprimirlos en los paquetes. ¿Entonces que puede hacer?

El USDA ha creado una base de datos con TODOS los productos alimenticios que han sido probados y han recibido etiquetas CN. Es una base de datos grande, por lo que es necesario buscarla para encontrar justo lo que busca. Tenemos un enlace a la base de datos más actualizada en nuestro sitio web, y aquí está el enlace para acceder a ella usted mismo (simplemente haga clic aquí y lo llevará automáticamente a ella). [CN Label Data Base](#)

Hay otra manera de poder servir estos alimentos a sus hijos, es a través de una Hoja de Formulación de Producto. Esto se obtiene fácilmente mediante:

- 1) Mire el paquete del producto que desea servir.
- 2) Busque en Google el nombre del fabricante y vaya a su sitio web principal.
- 3) Haga clic en "contáctenos" en la parte inferior del sitio web.
- 4) Escriba un correo electrónico solicitando una Declaración de formulación del producto para el artículo. Incluya el número UPC, el nombre completo del producto y el número de identificación del producto.

Debería recibir respuesta de ellos con un PFS (si está aprobado para ser atendido en el programa de nutrición infantil). Imprima la hoja y colócala donde puedas usarla cuando cocines el artículo. Compre siempre el mismo artículo después y no tendrás que volver a hacerlo.



Así es como se ve el número UPC y el número de producto:

También tenemos una biblioteca de declaraciones PFS, ¡así que comuníquese con su monitor si necesita más ayuda con esto!

### **Quesadilla de Pollo con Brócoli**

- |  |   |
|--|---|
| ½ libra (1½ tazas) de pollo cocido desmenuzado | ¼ taza de mantequilla, derretida          |
| 1 cucharadita de condimento para tacos         | 2 tazas de queso rallado (de su elección) |
| 8 tortillas integrales                         | ½ taza de brócoli cocido picado           |

Precalente el horno a 375° F. Combine el pollo y el condimento para tacos en un tazón. Unte un lado de cada tortilla con mantequilla y coloque el lado untado con mantequilla en una bandeja para hornear ligeramente engrasada. Vierta ¼ de taza de la mezcla de pollo en la mitad de cada tortilla. Espolvorea 1 cucharada de brócoli y ¼ de taza de queso encima. Doble el lado liso de la tortilla sobre la mezcla. Repita lo mismo con las siete tortillas restantes y hornee a 375° F durante 9 a 11 minutos o hasta que estén doradas.

Una quesadilla proporciona 1 oz de grano y 1½ oz de carne/carne alternativa.