

Parent Newsletter
October
2024



Happy
Halloween



Mississippi County, Arkansas, Economic Opportunity Commission, Inc
Head Start and Early Head Start Education Department

Website: mcaeoc.org

Parent Newsletter - October 2024

Inside this edition:

1. Kindergarten Readiness Indicators
2. Focus on Kindergarten Readiness Indicators
3. Early Years
4. Attendance matters poster
5. USDA October menu
6. RSV in infants and Young Children
7. How to confirm your voter registration status
8. Car seat information.

We are an Equal Opportunity Employer and Provider.
Services are provided without regard to Race, Age, or Sex

Boletín informativo para padres - Octubre 2024

Dentro de esta edición:

1. Indicadores de preparación para el kindergarten
2. Enfoque en los indicadores de preparación para el kindergarten
3. Primeros años
4. Póster de asuntos de asistencia
5. Menú de octubre del USDA
6. VRS en lactantes y niños pequeños
7. Cómo confirmar el estado de su registro de votante
8. Información sobre la silla de coche

Somos un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades,
Los servicios se proporcionan sin distinción de raza, edad o sexo

Carolyn R. Barnes
Parent Engagement Coordinator

Kindergarten Readiness Indicators

Below is a list of the Kindergarten Readiness Indicators developed by the Arkansas Department of Education. Notice that a month is listed to the right of each indicator. By referring to the list, you can know in advance in which calendar month an indicator will be presented. You may also use the list as a guide should you decide to work with your child on specific indicators at a different time than is suggested.

SOCIAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT

- Separates from caregiver to another trusted adult. July
- Takes turns and plays cooperatively with other children. April
- Expresses basic emotions such as happy, sad, mad, or scared. January
- Responds sympathetically to others' distress with words or actions. January
- Recognizes similarities or differences in interests, ideas, feelings, and abilities between themselves and others; for example, "I can run faster than my friend" or "My dad and I both like to tell stories" June

COGNITIVE DEVELOPMENT

- Exhibits curiosity, interest, and a willingness to explore new things January
- Completes a task such as working a puzzle May
- Adapts to new situations July
- Focuses and pays attention during an activity such as during story time. August
- Engages in memory games such as, "What's Missing?" or simple memory activities. May
- Uses number and letter-like forms or drawings to represent ideas or feelings December

PHYSICAL DEVELOPMENT AND HEALTH

- Gallops, slides, hops, leaps, and skips. October
- Steers a bicycle or other ride-on toys. October
- Balances on a beam or stands on one leg. October
- Catches a ball with both hands. October
- Tosses or throws a ball. October
- Kicks a moving ball while running. October
- Pours without spilling. July

PHYSICAL DEVELOPMENT AND HEALTH CONTINUED

- Builds structures with construction or interlocking blocks March
- Uses a 3-point finger grip on a pencil, crayon, or paintbrush September
- Makes a variety of lines and shapes such as \bigcirc - \square + \triangle September
- Uses scissors correctly to cut simple shapes and pictures September
- Buttons, zips, laces, or buckles and begins to manipulate more complex fasteners such as attempting to tie shoes and thread belt loops July
- Names a variety of foods or begins to classify food items as either fruits or vegetables and healthy or unhealthy. February
- Demonstrates awareness of safe behavior and follows basic safety rules and routines July
- Takes responsibility for personal self-care routines such as handwashing, brushing teeth, dressing, and toileting July
- Expresses health needs such as, "I'm hungry" or "My head hurts" or "I'm tired". February

LANGUAGE DEVELOPMENT

- Understands an increasing number and variety of words for objects, actions, and ways to describe things. November
- Comprehends who, what, why, and where questions. August
- Performs up to three-step directions January
- Uses four- to six-word sentences January
- Tells increasingly detailed stories or ideas February
- Communicates clearly enough to be understood by most people. August
- Takes turns in conversations with others August
- Responds to the English language August
- Speaks and expresses himself in English. January

Kindergarten Readiness Indicators continued

EMERGENT LITERACY

- Listens, tells, and engages in stories being read. August
- Participates in singing songs and saying rhymes. February
- Retells stories from favorite books and personal experiences. August
- Decides if two words rhyme, for example, cat and bat. February
- Holds a book right-side-up, turns pages front-to-back, follows print left-to-right, and top-to-bottom. August
- Recognizes and names letters, especially those in their name or on road signs, storefronts, and restaurant signs. November
- Produces the correct sounds for some of the letters of the alphabet. February
- Writes some letters correctly, especially those in their name. September

MATHEMATICAL THINKING

- Says numbers in order up to 20. December
- Compares whether the objects in one group are more than, less than, or the same as objects in another group. March
- Counts objects using one number for each object. December
- Recognizes four objects in a group without counting. December
- Recognizes numerals 1–10. December
- Sorts objects by color, shape, and size. April
- Recognizes and repeats patterns such as triangle, square, triangle, square. April
- Measures and compares the height of objects. March
- Arranges objects from shortest to longest, for example, shoe sizes or different lengths of yarn. March
- Recognizes and names familiar shapes such as a square, triangle, circle, or rectangle. April
- Understands and uses words such as inside, outside, up, down, over, or under. January

SCIENCE AND TECHNOLOGY

- Asks questions about the world around them, for example, “What do plants need to grow?” May
- Recognizes that living things change over time, for example, babies grow and become adults, and seedlings grow and become plants. May
- Describes objects and materials by their physical properties and sorts them based on similarities and differences. April
- Explores the functionality of digital devices. June

SOCIAL STUDIES

- Knows first and last name, age, and the names and cultural heritage of family members. June
- Understands and talks about today, yesterday, tomorrow, after lunch, day, and night. July
- Shows awareness of familiar buildings and places in the community such as home, school, grocery store, and park. November

CREATIVITY AND AESTHETICS

- Expresses themselves by singing and moving to the beat and speed of music. September
- Creates art independently by using a variety of art materials with purpose and planning. September
- Uses pretend play to process experiences, feelings, and roles represented in fantasy or real-life scenarios, such as reenacting a visit to the doctor, pretending to rock a baby, or be a cashier. September



Indicadores de preparación para el jardín de infantes

A continuación se muestra una lista de los indicadores de preparación para el jardín de infantes desarrollados por el Departamento de Educación de Arkansas. Observe que aparece un mes a la derecha de cada indicador. Consultando la lista, podrá saber de antemano en qué mes calendario se presentará un indicador. También puede utilizar la lista como guía si decide trabajar con su hijo en indicadores específicos en un momento diferente al sugerido.

DESARROLLO SOCIAL Y EMOCIONAL

- Se separa del cuidador y se entrega a otro adulto de confianza. Julio • Se turna y juega cooperativamente con otros niños. Abril
- Expresa emociones básicas como alegría, tristeza, enojo o miedo. Enero
- Responde con simpatía a la angustia de los demás con palabras o acciones. Enero
- Reconoce similitudes o diferencias en intereses, ideas, sentimientos y habilidades entre ellos y los demás, por ejemplo, "Puedo correr más rápido que mi amigo" o "A mi papá y a mí nos gusta contar historias". Junio

DESARROLLO COGNITIVO

- Demuestra curiosidad, interés y voluntad de explorar cosas nuevas. Enero
- Completa una tarea como resolver un rompecabezas. Puede
- Se adapta a nuevas situaciones. Julio
- Se concentra y presta atención durante una actividad como durante tiempo de cuentos. Agosto • Participa en juegos de memoria como "¿Qué falta?" o actividades simples de memoria. Puede
- Utiliza formas o dibujos parecidos a números y letras para representar ideas o sentimientos. Diciembre

DESARROLLO FÍSICO Y SALUD

- Galopa, se desliza, salta, salta y salta. Octubre • Conduce un trípode u otros juguetes para montar. Octubre • Se mantiene en equilibrio sobre una viga o se para sobre una pizma. Octubre • Atrapa una pelota con ambas manos. Octubre • Lanza o tira una pelota. Octubre • Patea una pelota en movimiento mientras corre. Octubre • Viene sin derramar. Julio

DESARROLLO FÍSICO Y SALUD CONTINUACIÓN

- Construye estructuras con bloques de construcción o entrelazados. Marzo • Utiliza un agarre de 3 puntos con los dedos sobre un lápiz, crayón o pincel. Septiembre
- Crea una variedad de líneas y formas como **S** **e** **p** **t** **e** **m** **b** **r** **e** **+** **△**
- Utiliza tijeras correctamente para cortar formas e imágenes simples. Septiembre
- Balones, cromaderas, cordones o hebillas y comienza a manipular más sujetadores complejos como intentar alar, zapatos y entablar presillas de cinturón. Julio
- Nombra una variedad de alimentos o comienza a clasificar los alimentos como frutas o verduras y saludables o no saludables. Febrero
- Demuestra conciencia del comportamiento seguro y sigue normas de seguridad básicas: reglas y rutinas. Julio
- Se responsabiliza de las rutinas de cuidado personal, como lavarse las manos, cepillarse los dientes, vestirse e ir al baño. Julio
- Expresa necesidades de salud como "Tengo hambre" o "Me duele la cabeza" o "Estoy cansado". Febrero

DESARROLLO DEL LENGUAJE

- Entiende un número y variedad cada vez mayor de palabras para objetos, acciones y formas de describir cosas. Noviembre • Comprende preguntas sobre qué, qué, por qué y dónde. Agosto • Realiza instrucciones de hasta tres pasos. Enero
- Utiliza oraciones de cuatro a seis palabras. Enero
- Cuenta historias o ideas cada vez más detalladas. Febrero
- Se comunica con suficiente claridad para que la mayoría de las personas lo entiendan. Agosto
- Se turna para conversar con los demás. Agosto • Responde al idioma inglés. Agosto • Habla y se expresa en inglés. Enero

Indicadores de preparación para el Jardín de Infantes (continuación)

ALFABETIZACIÓN EMERGENTE

- Escucha, cuenta y participa en las historias que se leen Febrero
- Escucha, cuenta y participa en las historias que se leen Agosto • Participa cantando canciones y diciendo rimas..... Febrero
- Vuelve a contar historias de libros favoritos y experiencias personales..... Agosto • Decide si dos palabras riman, por ejemplo, gato y murciélago..... Febrero
- Sustiene un libro boca arriba, pasa las páginas de adelante hacia atrás, sigue la impresión de izquierda a derecha y de arriba a abajo..... Agosto • Reconoce y nombra letras, especialmente aquellas que están en su nombre o en señales de tráfico, escaparates de tiendas y carteles de restaurantes..... Noviembre
- Produce los sonidos correctos de algunas de las letras del alfabeto Febrero
- Escribe correctamente algunas letras, especialmente las de su nombre..... Septiembre

PENSAMIENTO MATEMÁTICO

- Dice los números en orden hasta 20 Diciembre • Compara si los objetos de un grupo son más que, menor que o igual que objetos de otro grupo..... Marzo
- Cuenta objetos usando un número para cada objeto, Diciembre • Reconoce cuatro objetos de un grupo sin contar..... Diciembre
- Reconoce los números del 1 al 10 Abril
- Clasifica objetos por color, forma y tamaño..... Abril
- Reconoce y repite patrones como triángulo, cuadrado, Triángulo rectángulo, Abril • Mide y compara la altura de objetos..... Marzo • Organiza objetos del más corto al más largo, por ejemplo, tallas de zapatos, o diferentes longitudes de hilo..... Marzo
- Reconoce y nombra formas familiares como un cuadrado, triángulo, círculo o rectángulo..... Abril
- Entiende y usa palabras como adentro, afuera, arriba, abajo, encima o debajo..... Enero

CIENCIA Y TECNOLOGÍA

- Hace preguntas sobre el mundo que los rodea, por ejemplo, "¿Qué hacen las plantas? ¿Necesitas crecer?..... Puede
- Reconoce que los seres vivos cambian con el tiempo, por ejemplo, los bebés, crecen y se vuelven adultos, y las plantas crecen y se convierten en plantas..... Puede
- Describe objetos y materiales por sus propiedades físicas, y los clasifica según similitudes y diferencias: Abril • Explora la funcionalidad de los dispositivos digitales..... Junio

CIENCIAS SOCIALES

- Sabe nombre y apellido, edad y nombres y características culturales, herencia de los miembros de la familia Junio
- Entiende y habla sobre hoy, ayer, mañana y después, almuerzo, día y noche Julio
- Muestra conocimiento de edificios y lugares familiares en el comunidad como el hogar, la escuela, el supermercado y el parque Noviembre

CREATIVIDAD Y ESTÉTICA

- Se expresa cantando y moviéndose al ritmo y velocidad de la música..... Septiembre
- Crea arte de forma independiente utilizando una variedad de arte, materiales con propósito y planificación..... Septiembre
- Utiliza juegos de simulación para procesar experiencias, sentimientos y roles, representado en escenarios de fantasía o de la vida real, como recrear una visita al médico, pretender mover a un bebé o ser cajero..... Septiembre



Give your child daily opportunities to use large muscles.

WEEK 1

Collect safe toys and equipment to help your child develop large muscles.

- Provide a variety of materials:
 - hoops (hula hoops) found at discount or dollar stores.
 - empty water bottles to use as bowling pins
 - bean bags, or bean socks (Make bean socks by partially filling a sock with beans and tying a knot in the sock.)
 - tricycle to steer and pedal
 - balls for throwing, catching, and bouncing. (9- to 12-inch rubber balls), beach balls.
 - basketball hoop at a height child can reach with a ball

WEEK 2

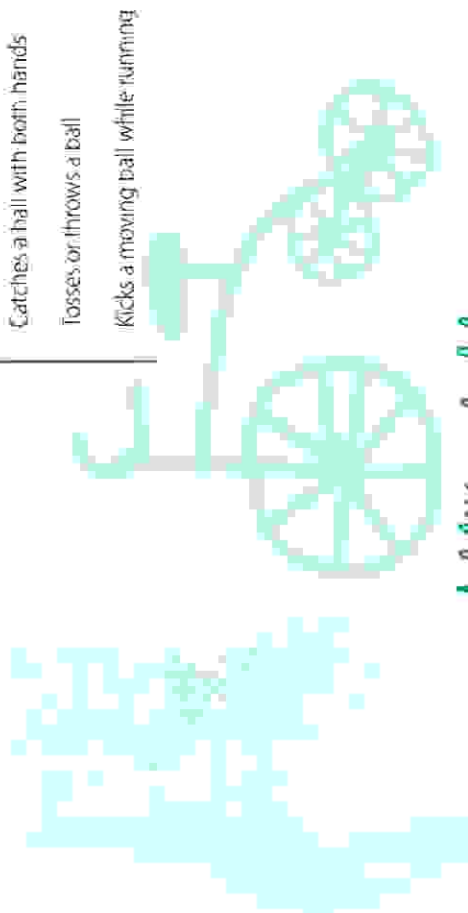
Let your child spend time outdoors and have the space and freedom to use large muscles.

- Have a safe outdoor place for your child to run and play; your yard or a nearby park, for example.
- Give them a variety of balls to kick.
- Hang a hula hoop from a limb so that your child can throw a ball through the hoop.

Focus on

Kindergarten Readiness Indicators

- Gallops, slides, hops, leaps, and skips
- Steers a tricycle or other ride-on toys
- Balances on a beam or stands on one leg
- Catches a ball with both hands
- Tosses or throws a ball
- Kicks a moving ball while running



Additional Ideas

Go through your collection of music. Select the songs that encourage your child to use large muscles to march, hop, bend, and sway. Songs like Freeze Game offer a variety of skills to try, such as skipping and hopping. Try different songs to find your child's favorites. Join your child in moving to the music. YouTube and Spotify offer a variety of music to get your child moving!

- Go outdoors and encourage your child to pedal a tricycle.
- Hang a basketball hoop low enough so your child can successfully make a basket.

WEEK 3

Give your child opportunities to use large muscles indoors.

- Invite your child to toss bean bags into a basket, a hoop, or a masking tape circle on the floor.
- Put the bean bags in a small basket. Place the basket on your child's head while walking to promote balance.
- Create an obstacle course in a room with space for moving. Include a taped line to walk on, a table to crawl under, chairs to crawl through, a book to jump over, and a large box to crawl through.
- Suggest that your child moves like different animals: hop like a rabbit, slither like a snake, crawl like a bug, and fly like a bird.

WEEK 4

Join your child in active play.

- Play toss and catch with your child using 9- to 12-inch rubber balls.
- Set up an obstacle course and encourage your child to steer a tricycle through it. Milk jugs weighted down with sand or rocks can be used to mark the course.
- Draw a hopscotch pattern on your patio or driveway (if safe). Show your child how to hop the pattern. Let your child hop according to his or her ability. Using stones or markers to play the game is a skill for older children.
- Recall singing games from your childhood, such as the Hokey Pokey, and involve your child and other family members in playing the game.



SPECIAL ACTIVITY

In the "Memories of Our Year" section of the calendar, write "How I Use My Large Muscles." Take your child on a walk in the rain and encourage different movements, such as jumping over a puddle or jumping from one puddle to the next. Ask your child to hop on one leg in a puddle or to count all the puddles. Talk about what happens when your child jumps in the puddle. Take pictures of the walk and add these to your memory book.



Suggested Books to Read with Your Child

From Head to Toe by Eric Carle

Miss Mary Mack by Mary Ann Hoberman, Nadine Bernard Westcott, illustrator

Quick as a Cricket by Audrey Wood, Don Wood, illustrator

Shake, My Sillyies Out! by Raffi, David Allender, illustrator

Skip to My Lou by Mary Ann Hoberman, Nadine Bernard Westcott, illustrator



Déle a su hijo oportunidades diarias para Utilice músculos grandes.

SEMANA 1

Reúna juguetes y equipos seguros para ayudar a su El niño desarrolla músculos grandes.

- Proporcione una variedad de materiales:
 - aros (hula Hoops) que se encuentran en tiendas de descuento o de dólar.
 - botellas de agua vacías para usarlas como botes
 - Bolsas de frijoles o calcetines de frijoles (haga calcetines de frijoles parcialmente llenar un calcetín con frijoles y hacer un nudo en el calcetín).
 - trípode para dirigir y pedalear
 - pelotas para lanzar, atrapar y rebotar (pelotas de goma de 9 a 12 pulgadas), pelotas de playa
 - aro de baloncesto a una altura que el niño pueda alcanzar con una pelota

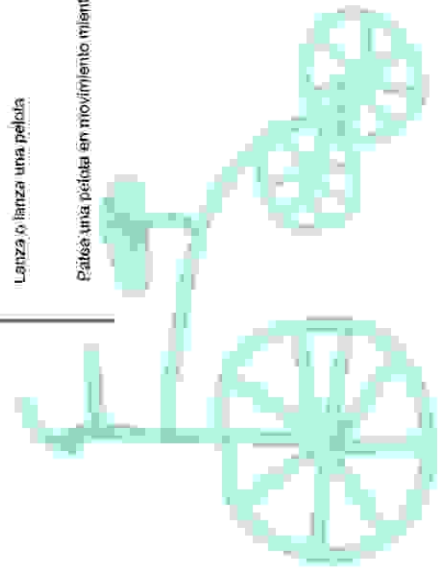
SEMANA 2

Deje que su hijo pase tiempo al aire libre y tenga el espacio y la libertad para utilizar los músculos grandes.

- Tenga un lugar seguro al aire libre para que su hijo corra y juegue:
 - su jardín o un parque cercano, por ejemplo.
- Deles una variedad de pelotas para patear.
- Cueigue un aro de hula de una extremidad para que su hijo pueda lanzarlo una pelota a través del aro.

JOGUE ON Kindergarten Readiness Indicators

- Galope, se desliza, salta, galta y salta
- Conduzca un triciclo u otros juguetes para montar.
- Se mantenga en equilibrio sobre una viga o se para sobre una pila.
- Atrapa una pelota con ambas manos.
- Lanza o lanza una pelota
- Patea una pelota en movimiento mientras corre.



Additional Ideas

Revisa tu colección de música. Selecciona las canciones que anime a su hijo a utilizar los músculos grandes para marchar, saltar, doblarse y balancearse. Canciones como Freeze Game ofrecen una variedad de habilidades para probar, como saltar y saltar. Pruebe diferentes canciones para encontrar las favoritas de su hijo. Únase a su hijo para moverse al ritmo de la música. ¡YouTube y Spotify ofrecen una variedad de música para que su hijo se mueva!

a Salga al aire libre y anime a su hijo a patear en un triciclo.
a Cuelgue un aro de baloncesto lo suficientemente bajo para que su hijo puede hacer una canasta con éxito.

SEMANA 3

Déle a su hijo oportunidades para
Utilice músculos grandes en interiores.

a Invite a su hijo a tirar bolsitas de frijoles en una canasta.
un aro o un círculo de cinta adhesiva en el suelo.
a Coloque los pufs en una cesta pequeña. Coloque el
cesta en la cabeza de su hijo mientras camina hacia
promover el equilibrio.

a Cree una carrera de obstáculos en una habitación con espacio
para moverse. Incluya una línea grabada para caminar, una
mesa para gatear, sillas para gatear,
un libro para saltar y una caja grande para atravesar.

a Sugiera que su hijo se mueva como diferentes animales: salta como un conejo,
Deslizate como una serpiente, gatea como un insecto y vuela como un pájaro.

SEMANA 4

Únase a su hijo en el juego activo.

a Juegue a lanzar y atrapar con su hijo usando pelotas de goma de 9 a 12 pulgadas.
a Configure una carrera de obstáculos y anime a su hijo a conducir un triciclo
a través de. Se pueden utilizar jarras de leche cargadas con arena o piedras para
marcar el rumbo.

a Dibuja un patrón de rayuela en tu patio o camino de entrada (si es seguro). Muéstrelle a su hijo cómo
saltar el patrón. Deje que su hijo salte según su capacidad. Usar piedras o marcadores para
jugar es una habilidad para niños mayores.

a Recuerde juegos de canto de su infancia, como el Hokey Pokey, e involucre a su hijo y a otros
miembros de la familia en el juego.



SPECIAL ACTIVITY

En la sección "Recuerdos de nuestro año" del
calendario, escriba "Cómo uso mis músculos grandes".
Lleve a su hijo a caminar bajo la lluvia y fomente
diferentes movimientos, como saltar sobre un charco
o saltar de un charco a otro. Pídale a su hijo que salte
sobre una pierna en un charco o que cuente todos los
charcos. Hable sobre lo que sucede cuando su hijo
salta al charco. Tome fotografías de la caminata y agréguelas a su libro



Libros sugeridos para leer con su hijo

De la cabeza a los pies por Eric Carle

Señorita Mary Mack por Mary Ann Hoberman, Nadine
Bernard Westcott, ilustrador

Rápido como un grillo por Audrey Wood, Don Wood, ilustrador

Shake My Silles Out por Raffi, David Allender, ilustrador

Saltar a My Lou de Mary Ann Hoberman, Nadine Bernard
Westcott, ilustrador



Octubre

Early Years

WORKING TOGETHER FOR A GREAT START

Mississippi County, Arkansas E.O.C.
Early Childhood Education Department

KID BITS



"Can I play?"

Encourage your child to make friends by showing her how to approach classmates. You could pretend to be another student, and your youngster might say, "Can I play vet with you?" Then switch roles so she can practice responding when others want to play with her.

Sizing things up

Take a walk around your neighborhood with your little one, and use objects you see to help her compare sizes. Ask questions like "Is that mailbox taller or shorter than you?" or "Is the white rock bigger or smaller than the gray one?"

Quick change

Playground and potty accidents happen. If your child keeps a change of clothes at school or in his bag, be sure to switch them out as the seasons change and as he outgrows them. Also, remember to send in a replacement outfit if he wears the extra clothing home.

Worth quoting

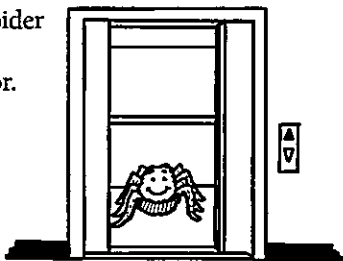
"Think left and think right and think low and think high. Oh, the things you can think up if only you try!"

Dr. Seuss

Just for fun

Q: What has eight legs and goes up and down?

A: A spider in an elevator.



Ready to learn

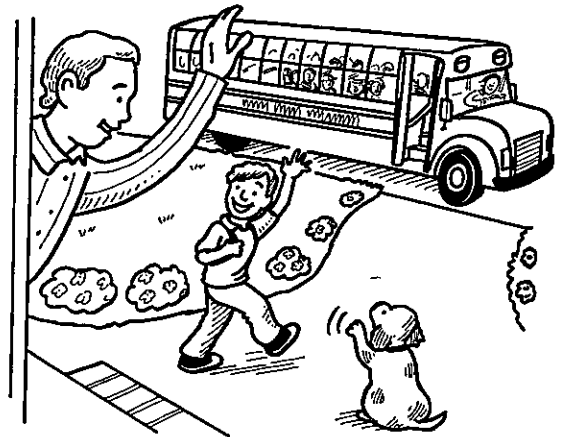
For young students, success in school starts with being able to take turns, cooperate, and follow directions. Here are ways to build these skills so that your child can start the year off right.

Taking turns

At school, your youngster will need to wait his turn, whether he wants to answer a question or use the water fountain. Together, do fun activities that require turn-taking. Board games and card games are great for this. Or play school, and switch off being the teacher and the student. Also, look for examples of people taking turns. While waiting in line at the bank, you might say, "It's that man's turn now. We get to go next."

Cooperating

Provide plenty of opportunities for your child to use teamwork so he'll learn to cooperate with other students. If he's making a tent, for instance, you can each hold one end of a blanket and drape it over chairs. When you bake



cupcakes, it could be his job to put the paper liners in the pan before you pour in the batter.

Following directions

Give your youngster pairs of silly movements to act out. You might say, "Wiggle like a worm, then hop like a bunny," or "Flap like a bird, then gallop like a pony." He will practice following two-step directions—just like his teacher will be giving in school. ("It's time to sit down. Now take out your crayons.") When he has mastered two steps, move on to three.♥

Make good attendance a habit

Regular attendance is important for school success as early as preschool—and it creates a habit your youngster can use all her life. Try these ideas:

- Make school the priority. Whenever possible, schedule doctor appointments and family trips for times when school is out.
- Stick to regular bedtimes on school nights. A well-rested child will find it easier to wake up on time.
- Mention school as part of the daily routine so that she naturally expects to go each day. For example, you might say, "On Tuesday after school, we'll stop at Grandma's for a visit."♥



Organized and involved

Where is that permission slip? What is the teacher's email address again? As the new school year gets under way, consider these tips for staying on top of things.

Create a place for papers. Many parents wonder what to do with all the finished work their youngsters bring home. Here's a thought: Hole-punch pages you and your child want to keep, and put them in a binder. You could organize them by subject or by month.



Tip: Hang your youngster's favorite art projects in a hallway gallery, and store others in a box labeled for this year.

Keep track of events. Staying involved at your child's school is easier when you plan ahead. Mark a calendar with PTO meetings, parent breakfasts, and other functions to attend. Or start an online calendar just for school. Google has a free one that can send you email reminders.

Tip: Add phone numbers and email addresses for the teacher, school, and attendance hotline to your address book or cell phone for handy reference.♥

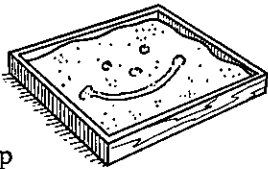
PARENT TO PARENT

The "happy plan"

My son Ian was excited about starting preschool this year, but he wasn't happy about being away from me. He cried when I dropped him off, and I left feeling miserable.

When this continued into his second week, the teacher came up with a "happy plan"—a strategy for starting the day on a good note. She suggested that every morning I remind Ian of things he enjoys at school, like going down the slide or playing at the sand table. She said I might give him a "secret mission" to tell me about later, such as what kind of snack he ate or what book his teacher read aloud.

I tried the teacher's idea the next day. It took a few days, but soon Ian began looking forward to being dropped off. He even started coming up with his own secret missions, like reporting what colors he made by mixing paints. Now we're both a lot happier at drop-off time.♥

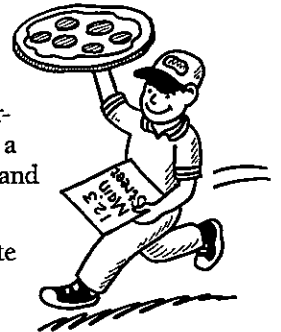


ACTIVITY CORNER

Pizza delivery!

Open a pretend pizza delivery service to teach your child his address and phone number. Use a toy pizza, or have him make one out of construction paper, and enjoy this activity.

1. Let your youngster draw a picture of your house and write his address on it. Next, ask him to draw a phone and print your phone number on it. Together, practice saying the address and phone number.
2. Have him use a toy phone to place a pretend pizza order. He could dial the number and say, "Please deliver a large cheese pizza to 123 Main Street. My phone number is 555-0100." (He may need to look at his drawings the first few times.)
3. Deliver the pretend pizza, and check the address with him. "Is this 123 Main Street? I have one cheese pizza for you."
4. Trade roles, and order a pizza for him to deliver. Play for a few days until he has memorized his address and phone number. You might even let him order a real pizza!♥



Q & A Cut, paste, and play

Q: My daughter is learning to use scissors in school. Are there ways she can practice at home?

A: Sure! Not only will your child need to use scissors for projects and other schoolwork, they're also a good way to build the strength and coordination she needs for handwriting.

Making paper dolls is a fun way to practice. Give her a pair of safety scissors, a stack of old magazines, glue, and plain paper. Then, help her cut out a variety of faces, shirts,

and pants to mix and match. (Make sure she holds the scissors correctly—ask her teacher if you're not sure.)

She can glue each "person" on paper and cut out around the edges to create a paper doll. Later, she might decide to change the dolls' outfits by gluing new ones on top.

Note: Remind her of safety rules, including staying seated when she uses scissors and holding them closed and pointed down while walking.♥



OUR PURPOSE

To provide busy parents with practical ways to promote school readiness, parent involvement, and more effective parenting.

Resources for Educators, a division of CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • rfeustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com
ISSN 1540-5567

Early Years

WORKING TOGETHER FOR A GREAT START

Mississippi County, Arkansas, E.O.C.
Early Childhood Education Department



NIÑO PUNTOS

"¿Puedo jugar?"

Aníme a su hijo a hacer amigos mostrándole cómo acercarse a sus compañeros de clase. Podría pretender ser otro estudiante y su hijo podría decir: "¿Puedo jugar al veterinario contigo?" Luego intercambie los roles para que pueda practicar cómo responder cuando otros quieran jugar con ella.

Mide las cosas Da un paseo por tu vecindario con tu pequeño y usa objetos que veas para ayudarlo a comparar tamaños. Haz preguntas como "¿Ese buzón es más alto o más bajo que tú?" o "¿La roca blanca es más grande o más pequeña que la gris?"

Cambio rápido

Los accidentes en el patio de recreo y el orinal ocurren. Si su hijo guarda una muda de ropa en la escuela o en su bolso, asegúrese de cambiarla a medida que cambien las estaciones y cuando se le quede pequeña. Además, recuerde enviar un atuendo de reemplazo si usa la ropa adicional a casa.

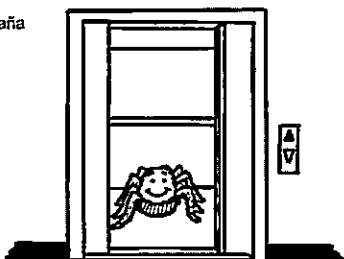
Vale la pena citar

"Piensa a la izquierda y piensa a la derecha y piensa bajo y piensa alto. ¡Oh, los pensamientos que puedes pensar si solo lo intentas!
doctor seuss

Solo por diversión

P: ¿Qué tiene ocho patas y sube y baja?

A: Una araña en un ascensor.



Listo para aprender

Para los estudiantes jóvenes, el éxito en la escuela comienza con poder esperar turnos, cooperar y seguir instrucciones. Aquí hay formas de desarrollar estas habilidades para que su hijo pueda comenzar bien el año.

Escogiendo turnos

En la escuela, su hijo tendrá que esperar su turno, ya sea que quiera responder una pregunta o usar la fuente de agua. Juntos, realicen actividades divertidas que requieran turnos. Los juegos de mesa y los juegos de cartas son excelentes para esto. O jugar a la escuela y dejar de ser el maestro y el alumno. Además, busque ejemplos de personas que toman turnos. Mientras esperas en la fila del banco, podrías decir: "Ahora es el turno de ese hombre. Tenemos que ir a continuación."

Cooperando

Proporcione muchas oportunidades para su hijo a usar el trabajo en equipo para que aprenda a cooperar con otros estudiantes. Si está haciendo una tienda de campaña, por ejemplo, cada uno puede sostener un extremo de una manta y colocarla sobre las sillas, cuando homeas



cupcakes, podría ser su trabajo poner las bolsas de papel en el molde antes de verter la masa.

Siguiendo instrucciones

Dele a su hijo pares de movimientos tontos para actuar. Podrías decir: "Muévete como un gusano, luego salta como un conejo" o "Aletea como un pájaro, luego galopa como un pony". Practicará siguiendo instrucciones de dos pasos, al igual que su maestro le dará en la escuela. ("Es hora de sentarse. Ahora saca tus crayones"). Cuando haya dominado dos pasos, pasa a tres.♥

Haga de la buena asistencia un hábito

La asistencia regular es importante para el éxito escolar desde el preescolar y crea un hábito que su hija puede usar toda su vida.

Pruebe estas ideas:

- Hacer de la escuela la prioridad. Siempre que sea posible, programe las citas con el médico y los viajes familiares para cuando no haya clases.
- Atégase a la hora habitual de acostarse durante las noches de escuela. A un niño bien descansado le resultará más fácil despertarse a tiempo.
- Mencione la escuela como parte de la rutina diaria para que naturalmente espere ir todos los días. Por ejemplo, podrías decir: "El martes después de la escuela, pasaremos a visitar a la abuela".♥



Organizado e involucrado

¿Dónde está esa hoja de permiso? ¿Cuál es la dirección de correo electrónico del maestro de nuevo? A medida que comienza el nuevo año escolar, considere estos consejos para estar al tanto de todo.

Crea un lugar para los papeles. Muchos padres se preguntan qué hacer con todo el trabajo terminado que sus hijos traen a casa. Una idea: perfora las páginas que usted y su hijo desean conservar y guárdelas en una carpeta. Puedes organizarlos por tema o por mes.



Consejo: Cuelgue los proyectos de arte favoritos de su hijo en una galería de pasillo y guarde otros en una caja etiquetada para este año.

Mantenga un registro de los eventos. Mantenerse involucrado en la escuela de su hijo es más fácil cuando planifica con anticipación. Marque un calendario con reuniones de PTO, desayunos para padres y otras funciones para asistir. O inicie un calendario en línea solo para la escuela. Google tiene uno gratuito que puede enviarle recordatorios por correo electrónico.

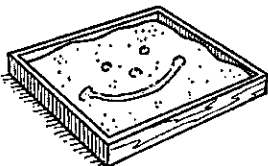
Consejo: agregue los números de teléfono y las direcciones de correo electrónico del maestro, la escuela y la línea directa de asistencia a su libreta de direcciones o teléfono celular para tener una referencia práctica.♥

PADRE A PADRE

El "plan feliz"

Mi hijo Ian estaba emocionado por comenzar el preescolar este año, pero no estaba contento por estar lejos de mí. Lloró cuando lo dejé y me fui sintiéndome miserable.

Cuando esto continuó en su segunda semana, el maestro ideó un "plan feliz", una estrategia para comenzar el día con una buena nota. Sugirió que todas las mañanas le recordara a Ian las cosas que disfruta en la escuela, como tirarse por el tobogán o jugar en la mesa de arena. Ella dijo que podría darle una "misión secreta" para que me la contara más tarde, como qué tipo de refrigerio comió o qué libro leyó su maestro en voz alta.



Probé la idea del maestro al día siguiente. Tomó algunos días, pero pronto Ian comenzó a desear que lo dejaran. Incluso comenzó a idear sus propias misiones secretas, como informar qué colores hizo mezclando pinturas. Ahora los dos estamos mucho más contentos a la hora de la entrega.♥

NUUESTRO PROPÓSITO

Proporcionar a los padres ocupados formas prácticas de promover la preparación escolar, la participación de los padres y una crianza más eficaz.

Recursos para educadores,
una división de CCH Incorporated
128 N. Royal Avenue • Front Royal, VA 22630
540-636-4280 • recustomer@wolterskluwer.com
www.rfeonline.com

ISSN 1540-5567

ACTIVIDAD ESQUINA

¡Delivery de pizza!

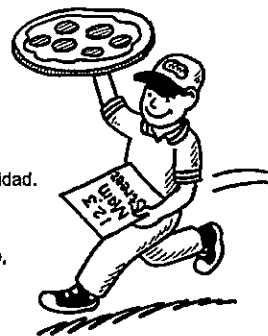
Abra un servicio ficticio de entrega de pizza para enseñarle a su hijo su dirección y número de teléfono. Use una pizza de juguete o pídale que haga una con papel de construcción y disfrute de esta actividad.

1. Deje que su hijo haga un dibujo de su casa y escriba su dirección en él. Luego, pídale que dibuje un teléfono y escriba su número de teléfono en él. Juntos, practiquen decir la dirección y el número de teléfono.

2. Pídale que use un teléfono de juguete para hacer un pedido de pizza imaginario. Podría marcar el número y decir: "Por favor, entregue una pizza grande de queso en 123 Main Street. Mi número de teléfono es 555-0100". (Es posible que necesite mirar sus dibujos las primeras veces).

3. Entregue la pizza ficticia y verifique la dirección con él. "¿Es esto 123 Main Street? Tengo una pizza de queso para ti."

4. Intercambie roles y pida una pizza para que él la entregue. Juega durante unos días hasta que haya memorizado su dirección y número de teléfono. ¡Incluso podrías dejar que pida una pizza de verdad!♥



Q & A

Corta, pega y juega

P: Mi hija está aprendiendo a usar tijeras en la escuela. ¿Hay formas en que pueda practicar en casa?

R: ¡Claro! Su hijo no solo necesitará usar tijeras para proyectos y otras tareas escolares, sino que también son una buena manera de desarrollar la fuerza y la coordinación que necesita para escribir a mano.

Hacer muñecos de papel es una forma divertida de practicar. Dele un par de tijeras de seguridad, una pila de revistas viejas, pegamento y papel normal. Luego, ayúdela a recortar una variedad de caras, camisas,

y pantalones para mezclar y combinar. (Asegúrese de que sostenga las tijeras correctamente; pregúntele a su maestro si no está seguro).

Puede pegar cada "persona" en papel y recortar los bordes para crear una muñeca de papel. Más tarde, podría decidir cambiar los atuendos de las muñecas pegando otros nuevos encima.

Nota: Recuérdele las reglas

de seguridad, como permanecer sentada cuando usa tijeras y mantenerlas cerradas y apuntando hacia abajo mientras camina.♥



ATTENDANCE MATTERS

Missing a day of school here and there may not seem like much, but absences add up!

When a student misses **2** days a month..

They will miss **20 DAYS** a year.

They will miss **30 HOURS** of math over the school year.

They will miss **60 HOURS** of reading & writing over the school year.

They will miss over **1 YEAR** of school by graduation.

When a student misses **4** days a month..

They will miss **40 DAYS** a year.

They will miss **60 HOURS** of math over the school year.

They will miss **120 HOURS** of reading & writing over the school year.

They will miss over **2 YEARS** of school by graduation.

**Mississippi County Arkansas, E.O.C.
Head Start & Child Development Program
Menu for October 2024**

MENU IS SUBJECT TO CHANGE DUE TO FOOD AVAILABILITY

USDA REQUIREMENTS	BREAKFAST	LUNCH	SNACK
	<p align="center">Milk, fluid Juice or fruit or vegetable Bread, bread alternate**** and/or cereal enriched or whole grain Bread or Cereal: Cold dry or Hot cooked</p> <p align="center">USDA/Component Requirements</p>	<p align="center">Milk, fluid Meat or meat alternate (lean meat or poultry or fish) Cheese Egg Cooked dry beans or peas Peanut butter Yogurt (plain or flavored) (Or an equivalent quantity of any combination of the above meat/meat alternates) Vegetable and/or fruit (Total of two or more) Bread or bread alternate**** enriched or whole grain USDA/ Component Requirements.</p>	<p align="center">(select 2 of these 4 components) Milk, fluid Meat or meat alternate Juice or fruit or vegetable Bread, bread alternate**** and/or cereal enriched or whole grain Bread or Cereal: Cold dry or Hot cooked USDA/ Component Requirement:</p>
TUES 1	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	Sloppy Joe Sandwich 1 ½ oz Baked French Fries ½ c Canned Pineapple Tidbits 1-4 c Whole Milk ½ pt	WG Teddy Grahams 1 pk Whole Milk ½ pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Sloppy Joe Sandwich 2 oz Baked French Fries ½ c Canned Pineapple Tidbits 1-4 c 1% Milk ½ pt	WG Teddy Grahams 1 pk 1% Milk ½ pt

WED 2	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG French Toast (1) Canned Mandarin Oranges ½ c Syrup 1 pk Whole Milk ½ pt	CN Label Tamale 1 oz Meat Baked Corn Nuggets 1/4 c Fresh Strawberries ½ c Shredded Cheese 1 oz Whole Milk ½ pt	Cheese Square 1 oz Club Crackers (4) Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG French Toast (1) Canned Mandarin Oranges ½ c Syrup 1 pk 1% Milk ½ pt	CN Label Tamale 1 oz meat Baked Corn Nuggets ¼ c Fresh Strawberries ½ c Shredded Cheese 1 oz 1% Milk ½ pt	Cheese Square 1 oz Club Crackers (8) Water
THURS 3	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	CN Label Chicken Sausage 1 oz 100% Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	Glazed Smoked Chicken 1 ½ oz Steamed Cabbage ½ c Canned Sweet Potatoes ½ c Corn Bread Square (1) Whole Milk ½ pt	WG Cheez Its 1 pk Fresh Pineapples ½ c
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	CN Label Chicken Sausage 1 oz 100% Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Glazed Smoked Chicken 2 oz Steamed Cabbage ½ c Canned Sweet Potatoes ½ c Corn Bread Square (1) 1% Milk ½ pt	WG Cheez Its 1 pk Fresh Pineapples ½ c
FRI 4	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Banana (1) Whole Milk ½ pt	Lunch Meat Sandwich 1 ½ oz Fresh Sliced Cantaloupe ½ c Baked Waffle Fries ½ c Mayo/Ketchup 1 pk Whole Milk ½ pt	Cheese Cubes 1 oz WG Teddy Grahams 1 pk Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Banana (1) 1% Milk ½ pt	Lunch Meat Sandwich 2 oz Fresh Sliced Cantaloupe ½ c Baked Waffle Fries ½ c Mayo/Ketchup 1 pk 1% Milk ½ pt	Cheese Cubes 1 oz WG Teddy Grahams 1 pk Water

MON 7	TODDLERS (1-2 YEARS)	Cheese Toast 1 sl Canned Diced Peas 1/4 c Whole Milk 1/2 pt	CN Label Turkey-Bacon 8 sl Potato Bites 1/2 c WG Biscuit (1) Canned Diced Peaches 1/2 c Jelly & Ketchup 1 pk Whole Milk 1/2 pt	Bagel w/Cream Cheese (1) Fresh Blueberries 1/2 c Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	WG Cheese Toast 1 sl Canned Diced Peas 1/4 c 1% Milk 1/2 pt	CN Label Turkey-Bacon 8 sl Potato Bites 1/2 c WG Biscuit (1) Canned Diced Peaches 1/2 c Jelly & Ketchup 1 pk 1% Milk 1/2 pt	Bagel w/Cream Cheese (1) Fresh Blueberries 1/2 c Water
TUES 8	TODDLERS (1-2 YEARS)	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz Whole Milk 1/2 pt	Baked Ham Slices 1 1/2 oz Great Northern Beans 1/4 c Canned Sweet Potatoes 1/4 c Corn Bread Square (1/2) Whole Milk 1/2 pt	WG Animal Crackers 1 pk Whole Milk 1/2 pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz 1% Milk 1/2 pt	Baked Ham Slices 2 oz Great Northern Beans 1/4 c Canned Sweet Potatoes 1/4 c Corn Bread Square (1) 1% Milk 1/2 pt	WG Animal Crackers 1 pk 1% Milk 1/2 pt
WED 9	TODDLERS (1-2 YEARS)	CN Label WG Breakfast Burrito (1) Picante Sauce 1 pk Fresh Mango 1/2 c Whole Milk 1/2 pt	CN Label Meatballs w/ Gravy 1 1/2 oz Instant Mashed Potatoes 1/4 c Canned Sweet Peas 1/4 c WG Roll (1) Whole Milk 1/2 pt	WG P&J Sandwich (1) Whole Milk 1/2 pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	CN Label WG Breakfast Burrito (1) Picante Sauce 1 pk Fresh Mango 1/2 c 1% Milk 1/2 pt	CN Label Meatballs w/ Gravy 2 oz Instant Mashed Potatoes 1/4 c Canned Sweet Peas 1/4 c WG Roll (1) 1% Milk 1/2 pt	WG P&J Sandwich (1) 1% Milk

THURS 10	TODDLERS (1-2 YEARS)	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz Whole Milk 1/2 pt	Honey Lemon Chicken 1 1/2 oz Fresh Frozen Purple Hull Peas 1/4 c Boiled Okra 1/2 c Corn Bread Square (1/2) Whole Milk 1/2 pt	WG Elf Grahams 1 pk Whole Milk 1/2 pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz 1% Milk 1/2 pt	Honey Lemon Chicken 2 oz Fresh Frozen Purple Hull Peas 1/2 c Boiled Okra 1/2 c Corn Bread Square (1) 1% Milk 1/2 pt	WG Elf Grahams 1 pk Yellow Squash w/Ranch 1/2 c Water

FRI 11	TODDLERS (1-2 YEARS)	Creamy Rice 1/2 c Fresh Raspberries 1/2 c Whole Milk 1/2 pt	CN Label McKib Sandwich 1 1/2 oz Baked Potato Shapes 1/2 c Fresh Banana (1/2) Whole Milk 1/2 pt	WG Veggie Crackers 1 pk Whole Milk 1/2 pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	Creamy Rice 1/2 c Fresh Raspberries 1/2 c 1% Milk 1/2 pt	CN Label McKib Sandwich 2 oz Baked Potato Shapes 1/2 c Fresh Banana (1) 1% Milk 1/2 pt	WG Veggie Crackers 1 pk 1% Milk 1/2 pt

MON 14	TODDLERS (1-2 YEARS)	CN Label Egg Omelet (1) Canned Fruit Cocktail 1/4 c Whole Milk 1/2 pt	WG CN Ham and Cheese Puff 1 1/2 oz Canned Pineapples 1/4 c Canned Corn 1/4 c Whole Milk 1/2 pt	WW Banana Bread (1) Whole Milk 1/2 pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	CN Label Egg Omelet (1) Canned Fruit Cocktail 1/2 c 1% Milk 1/2 pt	WG CN Ham and Cheese Puff 2 oz Canned Pineapples 1/4 c Canned Corn 1/4 c 1% Milk 1/2 pt	WW Banana Bread (1) 1% Milk 1/2 pt

TUES 15	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	Beef Stew ½ c Steamed Broccoli w/Cheese ½ c Pear Fruit Cup ½ c Corn Bread Square (1) Whole Milk ½ pt	WG Teddy Grahams 1 pk Whole Milk ½ pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Beef Stew ½ c Steamed Broccoli w/Cheese ½ c Pear Fruit Cup ½ c Corn Bread Square (1) 1% Milk ½ pt	WG Teddy Grahams 1 pk 1% Milk ½ pt
WED 16	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	BKF Ham Patt 1 oz Canned Pears 1/4 c Whole Milk ½ pt	WG Fish Sticks 1 ½ oz Baked Sweet Potato Tots ½ c Canned Sliced Apples ½ c Tartar Sauce/Ketchup 1 pk Whole Milk ½ pt	WG Muffin (1) String Cheese 1 oz Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	BKF Ham Patt 1 oz Canned Pears ¼ c 1% Milk ½ pt	WG Fish Sticks 2 oz Baked Sweet Potato Tots ½ c Canned Sliced Apples ½ c Tartar Sauce/Ketchup 1 pk 1% Milk ½ pt	WG Muffin (1) String Cheese 1 oz Water
THURS 17	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG CN Breakfast Pizza 1 sl Fresh Sliced Strawberries ½ c Whole Milk ½ pt	Taco Soup ½ c WG Grilled Cheese Sandwich (1) Strawberry Applesauce ½ c Steamed Carrots ½ c Whole Milk ½ pt	WG Tortilla (1) Peanut Butter 3 tbs Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Taco Soup ½ c WG Grilled Cheese Sandwich (1) Strawberry Applesauce ½ c Fresh Carrots w/Ranch ½ c 1% Milk ½ pt	Fresh Green Apples ½ c Peanut Butter 3 tbs Water

FRI 18	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	Grilled Ham & Cheese Loaf Croissant 1 ½ oz Baked Sweet Potato Fries ½ c Banana (1/2) Mayo/Ketchup 1pc Whole Milk ½ pt	Pimento Cheese 2 oz Ritz Crackers (3) Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl Assorted 100% Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Grilled Ham & Cheese Loaf Croissant 2 oz Baked Sweet Potato Fries ½ c Banana (1) Mayo/Ketchup 1pc 1% Milk ½ pt	Pimento Cheese 2 oz Ritz Crackers (4) Water
MON 21	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Toast (1) Jelly 1 pk Canned Pineapple Tidbits ½ c Whole Milk ½ pt	CN Label WG Enchiladas Casserole (4) Steamed Black Beans 1/4 c Fresh Mixed Berries 1/4 c Pimento Sauce 1 pk Whole Milk ½ pt	Vanilla Yogurt 4 oz Strawberry Granola 1 oz Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Toast (1) Jelly 1 pk Canned Pineapple Tidbits ½ c 1% Milk ½ pt	CN WG Label Enchiladas Casserole (4) Steamed Black Beans 1/4 c Fresh Mixed Berries 1/4 c Pimento Sauce 1 pk 1% Milk ½ pt	Vanilla Yogurt 4 oz Strawberry Granola 1 oz Water
TUES 22	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	Pulled Hickory BBQ Chicken 1 ½ oz Canned Baked Beans 1/4 c Canned Mandarin Oranges ½ c WG Bread Stick (1) Whole Milk ½ pt	WG Bread Slice (1) Bolonga 1 oz Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Pulled Hickory BBQ Chicken 2 oz Canned Baked Beans 1/4 c Fresh Sliced Oranges ½ c WG Bread Stick (1) 1% Milk ½ pt	WG Bread Slice (1) Bolonga 1 oz Water

WED 23	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Pancake (1) Canned Diced Peaches ½ c Syrup (1) Whole Milk ½ pt	Chili w/Beans ½ c WG Softie Crackers (4) Mandarin Orange Fruit Cup ½ c Steamed Squash ½ c Shredded Cheese ½ oz Whole Milk ½ pt	WG Muffin (1) Cheese Cubes 1 oz Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Pancake (1) Canned Diced Peaches ½ c Syrup (1) 1% Milk ½ pt	Chili w/Beans ½ c WG Corn Chups 1 pk Mandarin Orange Fruit Cup ½ c Fresh Squash w/Ranch ½ c Shredded Cheese ½ oz 1% Milk ½ pt	WG Muffin (1) Cheese Cubes 1 oz Water
THURS 24	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Sausage & Cheese Biscuit (1) Canned Fruit Cocktail ½ c Whole Milk ½ pt	CN Label Chicken Fritter Sandwich 2 oz Baked Potato Smiles 1/4 c Fresh Sliced Watermelon 1/4 c Ketchup/Mayo 1 pk Whole Milk ½ pt	WG Scooby Doo Snacks 1 pk Whole Milk ½ pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Sausage & Cheese Biscuit (1) Canned Fruit Cocktail ½ c 1% Milk ½ pt	CN Label Chicken Fritter Sandwich 2 oz Baked Potato Smiles 1/4 c Fresh Sliced Watermelon 1/4 c Ketchup/Mayo 1 pk Lettuce & Tomatoes 1 oz 1% Milk ½ pt	WG Scooby Doo Snacks 1 pk 1% Milk ½ pt
FRI 25	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	WG Grilled Turkey & Cheese Wrap 1 ½ oz Baked Waffle Fries ½ c Banana (1/2) Ketchup/Mayo 1pk Whole Milk ½ pt	WG Bug Bites 1 pk Whole Milk ½ pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	WG Turkey & Cheese Wrap 2 oz Baked Waffle Fries ½ c Banana (1) Ketchup/Mayo 1pk 1% Milk ½ pt	WG Bug Bites 1 pk 1% Milk ½ pt

MON 28	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Oatmeal Bar (1) Canned Diced Peas 1/4 c Whole Milk ½ pt	Turkey Sausage & Egg Puff 1 ½ oz WG Waffle (1) Baked Potato Hashbrowns ½ c Canned Diced Peaches ½ c Syrup & Ketchup 1 pk Whole Milk ½ pt	WG English Muffin (1) Jelly 1 pk 100% Vegetable Juice 4 oz
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Oatmeal Bar (1) Canned Diced Peas ½ c 1% Milk ½ pt	Turkey Sausage & Egg Puff (2 oz) WG Waffle (1) Baked Potato Hashbrowns ½ c Canned Diced Peaches ½ c Syrup & Ketchup 1 pk 1% Milk ½ pt	WG English Muffin (1) Jelly 1 pk 100% Vegetable Juice 4 oz
TUES 29	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	Meatballs Sub Sandwich 1 ½ oz Baked Sweet Potato Totes 1/4 c Pear Fruit Cup 1/4 c Whole Milk ½ pt	WG Chev 1 pks Whole Milk ½ pt
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	Meatballs Sub Sandwich 2 oz Baked Sweet Potato Totes 1/4 c Pear Fruit Cup 1/4 c 1% Milk ½ pt	WG Chev 1 pks 1% Milk
WED 30	TODDLERS (1-2 YEARS)		
	Egg Breakfast Bites 1 oz Cooked Cinnamon Apples ½ c Whole Milk ½ pt	CN Label Roasted Chicken 1 ½ oz Instant Mashed Potatoes ½ c Canned Mixed Vegetables ½ c WG Roll (1) Ranch Package (1) Whole Milk ½ pt	WG Sun Chips 1 pk 100% Juice Sidekick 4 oz
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)		
	Egg Breakfast Bites 1 oz Cooked Cinnamon Apples ½ c 1% Milk ½ pt	CN Label Roasted Chicken 2 oz Instant Mashed Potatoes ½ c Canned Mixed Vegetables ½ c WG Roll (1) Ranch Package (1) 1% Milk ½ pt	WG Sun Chips 1 pk 100% Juice Sidekick 4 oz

THURS 31	TODDLERS (1-2 YEARS)	Happy Halloween	
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz Whole Milk ½ pt	WG Mozzarella Pizza Stick (2) Baked Mini Potato Cakes ½ c 100% Fruit Cup ½ c Marinara Cup / Ketchup 1pk Whole Milk ½ pt	WG Graham Crackers (4) Peanut butter Cup 1 oz Water
	PRESCHOOL (3-5 YEARS)	Happy Halloween	
	WG Cereal 1 bowl 100% Fruit Juice 4 oz 1% Milk ½ pt	WG Mozzarella Pizza Stick (2) Baked Mini Potato Cakes ½ c 100% Fruit Cup ½ c Marinara Cup / Ketchup 1pk 1% Milk ½ pt	WG Graham Crackers (8) Peanut butter Cup 1 oz Water

In accordance with Federal civil rights law and U.S. Department of Agriculture (USDA) civil rights regulations and policies, the USDA, its Agencies, offices, and employees, and institutions participating in or administering USDA programs are prohibited from discriminating based on race, color, national origin, sex, disability, age, or reprisal or retaliation for past civil rights activity in any program or activity conducted or funded by USDA. Persons with disabilities who require alternative means of communication (in program information (e.g. Braille, large print, audiotape, American Sign Language, etc.), should contact the Agency (State or local) where they applied for benefits. Individuals who are deaf, hard of hearing or have speech disabilities may contact USDA through the Federal Relay Service at (800) 877-8339. Additionally, program information may be made available in languages other than English. To file a program complaint of discrimination, complete the [USDA Program Discrimination Complaint Form](#), (AD-3027) found online at [http://www.ascr.usda.gov/complaint_filing_guid.html](#), and at any USDA office, or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by:

- (1) mail: U.S. Department of Agriculture
Office of the Assistant Secretary for Civil Rights
1400 Independence Avenue, SW
Washington, D.C. 20250-9410
- (2) fax: (202) 690-7442; or
- (3) email: program.intake@usda.gov

This institution is an equal opportunity provider and employer.

Condado de Mississippi, Arkansas, EOC Programa de Head Start y Desarrollo Infantil Menú para octubre de 2024

EL MENÚ ESTÁ SUJETO A CAMBIOS DEBIDO A LA DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS

	DESAYUNO	ALMUERZO	BOCADILLO	MERIENDA TARDÍA
USDA REQUISITOS	<p>Leche, líquida Jugo o fruta o verdura Pan, pan alternativo**** y/o cereal enriquecido o de grano entero Pan o Cereal Seco frío o cocido caliente</p> <p>Requisitos del USDA/componentes</p>	<p>Leche, líquida Carne o sustituto de carne (carne magra, pollo o pescado) Queso Huevo Frijoles o guisantes secos cocidos Mantequilla de maní Yogur (natural o saborizado) (o una cantidad equivalente de cualquier combinación de las carnes o sustitutos de carne anteriores) Verdura y/o fruta (Total de dos o más) Pan o sustituto del pan **** enriquecido o de grano entero Requisitos de componentes del USDA</p>	<p>(seleccione 2 de estos 4 componentes) Leche, líquida Carne o sustituto de la carne Jugo o fruta o verdura Pan, pan alternativo**** y/o cereal Pan enriquecido o de grano entero o Cereales: Secos fríos o cocidos calientes Requisitos de componentes del USDA</p>	N/A
MARTE 5 1	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)			
	Cereales WG 1 taza Surtido 100% Jugo 4 oz Leche entera ½ pinta	Sándwich Stoppo Joe de 1 ½ oz Papitas fritas al horno ½ taza Bocadillos de piña entera 1 ½ taza Leche entera ½ pinta	Galletas WG Teddy Graham, paquete de 1 Leche entera ½ pinta	
	PRESCOLAR (3-5 AÑOS)			

	Cereales WG 1 tazón Surtido 100% Jugos 4 oz. Leche al 1% ½ pinta	Sándwich Sloppy Joe de 2 onzas Papas fritas al horno ½ taza Bocadillos de piña enlatados 1/4 taza Leche al 1% ½ pinta	Galletas WG Teddy Graham, paquete de 1 Leche al 1% ½ pinta
CASAR SE 2	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Tostada Francesa WG (1) Mandarinas enlatadas ½ taza Jarabe 1 paquete Leche entera ½ pinta	Tamal con etiqueta CN 1 oz de carne Nuggets de pollo al horno ¼ taza Fresas frescas ½ taza Queso rallado 1 oz Leche entera ½ pinta	Queso Cuadrado 1 oz Galletas Club (4) Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS) Tostada Francesa WG (1) Mandarinas enlatadas ½ taza Jarabe 1 paquete Leche al 1% ½ pinta	Tamal de 1 oz de carne con etiqueta CN Nuggets de pollo al horno ¼ taza Fresas frescas ½ taza Queso rallado 1 oz Leche al 1% ½ pinta	Queso Cuadrado 1 oz. Galletas de club (8) Agua
JUEVES 3	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Salchicha de pollo con etiqueta CN, 1 oz Jugo 100% natural 4 oz. Leche entera ½ pinta	Pollo ahumado glaseado 1 ½ oz Repollo al vapor ½ taza Batatas enlatadas ½ taza Cuadrado de pan de molde (1) Leche entera ½ pinta	WG Cherez De 1 paquete Piñas frescas ½ taza
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS) Salchicha de pollo con etiqueta CN, 1 oz Jugo 100% natural 4 oz. Leche al 1% ½ pinta	Pollo ahumado glaseado 2 oz Repollo al vapor ½ taza Batatas enlatadas ½ taza Cuadrado de pan de molde (1) Leche al 1% ½ pinta	WG Cherez Bs 1 paquete Piñas frescas ½ taza
VIE 4	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Cereales WG 1 tazón Plátano (1) Leche entera ½ pinta	Sándwich de hambres de 1 ½ oz Melón fresco en rodajas ½ taza Papas fritas tipo waffle al horno ¼ taza Mayonesa/Ketchup 1 paquete Leche entera ½ pinta	Cubitos de queso 1 oz Galletas WG Teddy Graham, paquete de 1 Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS) Cereales WG 1 tazón	Sándwich de hambres de 2 oz	Cubitos de queso 1 oz

	Plátano (1) Leche al 1% ½ pinta	Melón fresco en rodajas ½ taza Papas fritas tipo waffle al horno ¼ taza Mayonesa/Ketchup 1 paquete Leche al 1% ½ pinta	Galletas WG Teddy Graham, paquete de 1 Agua
LUN 7	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Tostada de queso 1 sl Peras en cubitos enlatadas 1/4 taza Leche entera ½ pinta	Tocino de pavo con etiqueta CN, 8 sl Bocadillos de papa ½ taza Galleta WG (1) Melocotones en cubitos enlatados ½ taza Gelatina y ketchup 1 paquete Leche entera ½ pinta	Bagel con queso crema (1) Arándanos frescos ½ taza Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS) Tostada de queso WG 1 sl Peras enlatadas cortadas en cubitos ¼ taza Leche al 1% ½ pinta	Tocino de pavo con etiqueta CN, 8 sl Bocadillos de papa ½ taza Galleta WG (1) Melocotones en cubitos enlatados ½ taza Gelatina y ketchup 1 paquete Leche al 1% ½ pinta	Bagel con queso crema (1) Arándanos frescos ½ taza Agua

MARTE 8	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Cereales WG 1 tazón Surtido 100% Jugos 4 oz Leche entera ½ pinta	Rebanadas de jamón al horno 1 ½ oz Frijoles blancos grandes ½ taza Batatas enlatadas ½ taza Cuadrado de pan de molde (1/2) Leche entera ½ pinta	Galletas de animales WG 1 paquete Leche entera ½ pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS) Cereales WG 1 tazón Surtido 100% Jugos 4 oz Leche al 1% ½ pinta	Rebanadas de jamón al horno 2 oz Frijoles blancos grandes ½ taza Batatas enlatadas ½ taza Cuadrado de pan de molde (1) Leche al 1% ½ pinta	Galletas de animales WG 1 paquete Leche al 1% ½ pinta

CASAR SE 9	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Burrito de desayuno WG con etiqueta CN (1) Salsa P/Janita 1 paquete Mango fresco ½ taza Leche entera ½ pinta	Albóndigas con salsa, etiqueta CN, 1 ½ oz Pavo de papas instantáneo 1/4 taza Guisantes dulces enlatados 1/4 taza Rollo WG (1) Leche entera ½ pinta	Sándwich WG (P&J) (1) Leche entera ½ pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		

	Salsa Picante 1 paquete Maíz fresco 1/4 taza Leche al 1% 1/2 pinta	Patatas con salsa, cocinada a 1/2 oz Puré de papas instantáneo 1/4 taza Guisantes dulces enlatados 1/4 taza Rollo WG (1) Leche al 1% 1/2 pinta	Leche al 1%
JUEVES 10	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Cereales WG 1 tazón Surtido 100% Jugos 4 oz Leche entera 1/2 pinta	Pollo con limón y miel, 1 1/2 oz Guisantes morados frescos congelados 1/4 taza Quimbombó hervido 1/2 taza Cuadrado de pan de maíz (1/2) Leche entera 1/2 pinta	Galletas Graham WG EIL paquete de 1 Leche entera 1/2 pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Cereales WG 1 tazón Surtido 100% Jugos 4 oz Leche al 1% 1/2 pinta	Pollo casero al limón de 2 oz Guisantes morados frescos congelados 1/2 taza Quimbombó hervido 1/2 taza Cuadrado de pan de maíz (1) Leche al 1% 1/2 pinta	Galletas Graham WG EIL paquete de 1 Culabaza amarilla con salsa ranch 1/2 taza Agua
VIE 11	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Arroz cremoso 1/2 taza Frambuesas frescas 1/2 taza Leche entera 1/2 pinta	Sándwich McRib con etiqueta CN de 1 1/2 oz Formas de papas al horno 1/2 taza Plátano fresco (1/2) Leche entera 1/2 pinta	Galletas vegetARIANAS WG 1 paquete Leche entera 1/2 pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Arroz cremoso 1/2 taza Frambuesas frescas 1/2 taza Leche al 1% 1/2 pinta	Sándwich McRib con etiqueta CN de 2 oz Formas de papas al horno 1/2 taza Plátano fresco (1) Leche al 1% 1/2 pinta	Galletas vegetARIANAS WG 1 paquete 1% leche 1/2 pinta
LUN 14	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Tortilla de huevo con etiqueta CN (1) Cóctel de frutas enlatado 1/4 taza Leche entera 1/2 pinta	Hojaldre de jamón y queso WG CN de 1 1/2 oz Papas enlatadas 1/4 taza Maíz enlatado 1/4 taza Leche entera 1/2 pinta	Pan de plátano mundia (1) Leche entera 1/2 pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		

	Tortilla de huevo con etiqueta CN (1) Cóctel de frutas enlatado 1/2 taza Leche al 1% 1/2 pinta	WG CN Hojaldre de jamón y queso de 2 oz Papas enlatadas 1/4 taza Maíz enlatado 1/4 taza Leche al 1% 1/2 pinta	Pan de plátano mundia (1) Leche al 1% 1/2 pinta
MARTE S 15	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Cereales WG 1 tazón Jugo de fruta 100% 4 oz Leche entera 1/2 pinta	Estofado de carne 1/2 taza Brócoli al vapor con queso 1/2 taza Taza de fruta de pera 1/2 taza Cuadrado de pan de maíz (1) Leche entera 1/2 pinta	WG Teddy Grahams 1 paquete Leche entera 1/2 pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Cereales WG 1 tazón Jugo de fruta 100% 4 oz Leche al 1% 1/2 pinta	Estofado de carne 1/2 taza Brócoli al vapor con queso 1/2 taza Taza de fruta de pera 1/2 taza Cuadrado de pan de maíz (1) Leche al 1% 1/2 pinta	WG Teddy Grahams 1 paquete 1% leche 1/2 pinta
CASAR SE 16	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Pati de jamón BKF de 1 onza Peras enlatadas 1/4 taza Leche entera 1/2 pinta	Palitos de pescado WG de 1 1/2 oz Bolitas de batata al horno 1/2 taza Manzanas en rodajas enlatadas 1/2 taza Salsa tártara/ketchup 1 paquete Leche entera 1/2 pinta	Muffin WG (1) Queso en tiras 1 oz Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Pati de jamón BKF de 1 onza Peras enlatadas 1/2 taza Leche al 1% 1/2 pinta	Palitos de pescado WG de 2 oz Bolitas de batata al horno 1/2 taza Manzanas en rodajas enlatadas 1/2 taza Salsa tártara/ketchup 1 paquete Leche al 1% 1/2 pinta	Muffin WG (1) Queso en tiras 1 oz Agua
JUEVES 17	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Pizza de desayuno WG CN 1 sl Fresas frescas en rodajas 1/2 taza Leche entera 1/2 pinta	Sopa de lenteas 1/2 taza Sándwich de queso a la parrilla WG (1) Puré de manzana y Jersa 1/2 taza Zanahorias al vapor 1/2 taza Leche entera 1/2 pinta	Tortilla WG (1) Mantequilla de maní 3 cucharaditas Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		

	Leche al 1% ½ pinta	Amasado de panquesitos a la parrilla WG (1) Puré de manzana y fresa ½ taza Zanahorias frescas con Salsa ranchi ½ taza Leche al 1% ½ pinta	Mantequilla de maní 3 cucharadas Agua
VIE 18	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Cereales WG 1 taza Surtido de jugos 100% naturales, 4 oz Leche entera ½ pinta	Jamón y queso a la plancha Pm de croissant de 1 ½ oz Papas fritas dulces al horno ½ taza Plátano (1/2) Mayonesa/Ketchup 1 pieza Leche entera ½ pinta	Queso Pimiento 2 oz Galletas Ritz (4) Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Cereales WG 1 taza Surtido de jugos 100% naturales, 4 oz Leche al 1% ½ pinta	Jamón y queso a la plancha Pm de croissant de 2 oz Papas fritas dulces al horno ½ taza Plátano (1) Mayonesa/ Ketchup 1 pieza Leche al 1% ½ pinta	Queso Pimiento 2 oz Galletas Ritz (4) Agua
LUN 21	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Tostada WG (1) Gelatina 1 paquete Bocadillos de piña enlatados ½ taza Leche entera ½ pinta	Cazuela de enchiladas WG con etiqueta CN (4) Frijoles negros al vapor 1/4 taza Bayas frescas mixtas 1/4 taza Salsa Picante 1 paquete Leche entera ½ pinta	de vainilla 4 oz de fresa 1 oz Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Tostada WG (1) Gelatina 1 paquete Bocadillos de piña enlatados ½ taza Leche al 1% ½ pinta	Cazuela de enchiladas con etiqueta CN WG (4) Frijoles negros al vapor 1/4 taza Bayas frescas mixtas 1/4 taza Salsa Picante 1 paquete Leche al 1% ½ pinta	de vainilla 4 oz de fresa 1 oz Agua
MARTE S 22	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Cereales WG 1 taza Jugo de fruta 100% 4 oz Leche entera ½ pinta	Pollo a la barbacoa desmenuzado con nogal, 4 ½ oz Frijoles horneados enlatados 1/4 taza Mandarinas enlatadas ½ taza	Rebanada de pan WG (1) Bologna 1 onza Agua

	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Cereales WG 1 taza Jugo de fruta 100% 4 oz Leche al 1% ½ pinta	Pollo a la barbacoa desmenuzado con nogal, 2 oz Frijoles horneados enlatados 1/4 taza Naranja fresca en rodajas ½ taza Palitos de pan WG (1) Leche al 1% ½ pinta	Rebanada de pan WG (1) Bologna 1 onza Agua
CASAR SE 23	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Panqueque WG (1) Melocotones en cubitos enlatados ½ taza Jarabe (1) Leche entera ½ pinta	Chile con frijoles ½ taza saladas WG (4) Taza de fruta de mandarina ½ taza Calabaza al vapor ½ taza Queso rallado ½ oz Leche entera ½ pinta	Muffin WG (1) Cubitos de queso 1 oz Agua
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Panqueque WG (1) Melocotones en cubitos enlatados ½ taza Jarabe (1) Leche al 1% ½ pinta	Chile con frijoles ½ taza Crisps de maní WG, paquete de 1 Taza de fruta de mandarina ½ taza Calabaza fresca con salsa ranchi ½ taza Queso rallado ½ taza Leche al 1% ½ pinta	Muffin WG (1) Cubitos de queso 1 oz Agua
JUEVES 24	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Galleta de salchicha y queso WG (1) Cíctel de frutas enlatado ½ taza Leche entera ½ pinta	Sándwich de buñuelos de pollo con etiqueta CN, 2 oz Sopas de papa al horno 1/4 taza Sandía fresca en rodajas 1/4 taza 1 paquete de salsa de tomate y mayonesa Leche entera ½ pinta	WG Scooby Doo Snacks 1 paquete Leche entera ½ pinta
	PREESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Galleta de salchicha y queso WG (1) Cíctel de frutas enlatado ½ taza Leche al 1% ½ pinta	Sándwich de buñuelos de pollo con etiqueta CN, 2 oz Sopas de papa al horno 1/4 taza Sandía fresca en rodajas 1/4 taza 1 paquete de salsa de tomate y mayonesa Lechuga y tomates 1 oz Leche al 1% ½ pinta	Snacks WG Scooby Doo 1 paquete 1% leche ½ pinta
VIE 25	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Cereal WG 1 taza 100% jugo de fruta 4 oz Leche entera ½ pinta	Wrap de pavo y queso a la parrilla WG 1 ½ oz Papas fritas tipo waffle al horno ½ taza Plátano (1/2) 1 paquete de salsa de tomate y mayonesa	Paquete de 1 picaditos de insectos WG Leche entera ½ pinta

	PRESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Cereal WG 1 tazón 100% jugo de fruta 4 oz Leche al 1% ½ pinta	Wrap de pavo y queso WG de 2 oz Papas fritas tipo waffle al horno ½ taza Plátano (1) 1 paquete de salsa de tomate y mayonesa Leche al 1% ½ pinta	Paquete de 1 picaduros de insectos WG Leche al 1% ½ pinta
LUN 28	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Barra de avena WG (1) Peras en cubitos enlatadas 1/4 taza Leche entera ½ pinta	Pan de sándwich de pavo y huevo 1 ½ oz WG Gotre (1) Papas fritas al horno con papas fritas ½ taza Melocotones en cubitos enlatados ½ taza Jarabe y ketchup 1 paquete Leche entera ½ pinta	Panecillo inglés WG (1) Gelatina 1 paquete Jugo 100% vegetal 4 oz.
	PRESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Barra de avena WG (1) Peras enlatadas cortadas en cubitos ½ taza Leche al 1% ½ pinta	Pan de sándwich de pavo y huevo, 2 oz WG Gotre (1) Papas fritas al horno con papas fritas ½ taza Melocotones en cubitos enlatados ½ taza Jarabe y ketchup 1 paquete Leche al 1% ½ pinta	Panecillo inglés WG (1) Gelatina 1 paquete Jugo 100% vegetal 4 oz
MARTE S 29	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Cereales WG 1 tazón Jugo de fruta 100% 4 oz Leche entera ½ pinta	Sándwich de albóndigas de 1 ½ oz Bolitas de batata al horno 1/4 taza Taza de fruta de pera 1/4 taza Leche entera ½ pinta	Paquete de 1 WG Chex Leche entera ½ pinta.
	PRESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Cereales WG 1 tazón Jugo de fruta 100% 4 oz Leche al 1% ½ pinta	Sándwich de albóndigas de 2 oz Bolitas de batata al horno 1/4 taza Taza de fruta de pera 1/4 taza Leche al 1% ½ pinta	Paquete de 1 WG Chex Leche al 1%
MISMAÑOS E 30	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS)		
	Bocaditos de huevo para el desayuno, 1 oz Manzanas cocidas con canela ½ taza Leche entera ½ pinta	Pollo asado con etiqueta CN, 1 ½ oz Puré de papas instantáneo ½ taza Verduras mixtas enlatadas ½ taza Rollo WG (1) Paquete Rancho (1) Leche entera ½ pinta	Patatas fritas WG Sun, paquete de 1 Jugo 100% Sidekick 4 oz

	PRESCOLAR (3-5 AÑOS)		
	Bocaditos de huevo para el desayuno, 1 oz Manzanas cocidas con canela ½ taza Leche al 1% ½ pinta	Pollo asado con etiqueta CN, 2 oz Puré de papas instantáneo ½ taza Verduras mixtas enlatadas ½ taza Rollo WG (1) Paquete Rancho (1) Leche al 1% ½ pinta	Patatas fritas WG Sun, paquete de 1 Jugo 100% Sidekick 4 oz
JUEVES 31	NIÑOS PEQUEÑOS (1-2 AÑOS) Feliz Halloween		
	WG Cereal 1 tazón Jugo de fruta 100% 4 oz Leche entera ½ pinta	Paltos de pizza con mozzarella WG (2) Mini tortas de papa al horno ½ taza Taza de fruta 100% ½ taza Vaso de salsa marinara/ketchup, 1 unidad Leche entera ½ pinta	Galletas Graham WG (4) Taza de mantequilla de mani 1 oz Agua
	PRESCOLAR (3-5 AÑOS) Feliz Halloween		
	WG Cereal 1 tazón Jugo de fruta 100% 4 oz Leche al 1% ½ pinta	Paltos de pizza con mozzarella WG (2) Mini tortas de papa al horno ½ taza Taza de fruta 100% ½ taza Vaso de salsa marinara/ketchup, 1 unidad Leche al 1% ½ pinta	Galletas Graham WG (8) Taza de mantequilla de mani 1 oz Agua

De acuerdo con la ley federal de derechos civiles y las normas y políticas de derechos civiles del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA), el USDA, sus agencias, oficinas y empleados, y las instituciones que participan o administran programas del USDA tienen prohibido discriminar por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, discapacidad, edad o represalias o retaliación por actividades previas de derechos civiles en cualquier programa o actividad realizado o financiado por el USDA. Las personas con discapacidades que requieran medios alternativos de comunicación para obtener información sobre el programa (por ejemplo, Braille, letra grande, cinta de audio, lenguaje de señas estadounidense, etc.) deben comunicarse con la agencia (estatal o local) donde solicitaron los beneficios. Las personas sordas con problemas de audición o discapacidades del habla pueden comunicarse con el USDA a través del Servicio Federal de Traducción al (800) 877-8139. Además, la información del programa puede estar disponible en otros idiomas además del inglés. Para presentar una queja por discriminación en el programa, complete el [formulario de queja por discriminación en el programa del USDA](#) (AD-3027) que se encuentra en línea en http://www.esa.usda.gov/complaint_form_ea.html y en cualquier oficina del USDA, o escriba una carta dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar un copio del formulario de queja, llame al (866) 632-9992. Envíe su formulario o carta completos al USDA por: (1) correo postal: Departamento de Agricultura de los EE. UU. Oficina del Secretario Adjunto de Derechos Civiles 1400 Independence Avenue, SW Washington, DC 20250-9410; (2) fax: (202) 690-7442; o (3) correo electrónico: program.intake@usda.gov. Esta institución es un proveedor y empleador que ofrece igualdad de oportunidades.

RSV in Infants and Young Children

Respiratory syncytial virus, or RSV, is a common virus that affects the lungs. RSV season starts in the fall and peaks in the winter in most regions of the U.S.



Protect your young child from RSV.

There are two options to protect babies from severe RSV. Most babies only need one, not both.

RSV vaccine given during pregnancy:

- Protection passed to baby during pregnancy
- Recommended when 32-36 weeks' pregnant
- Usually given during September-January

RSV antibody given to the baby

- Directly provides protection to baby
- Recommended for babies younger than 8 months
- Usually given during October-March

A dose of RSV antibody is also recommended for the following children between the ages of 8 and 19 months entering their second RSV season:

- Children who have chronic lung disease from being born prematurely
- Children who are severely immunocompromised
- Children with cystic fibrosis who have severe disease
- American Indian and Alaska Native children

Talk to your healthcare provider to determine which option is best for you and your baby.



www.cdc.gov/rsv

© 2014 CDC

El VRS en los bebés y niños pequeños

El virus respiratorio sincitial, o VRS, es un virus común que afecta los pulmones. En la mayoría de las regiones de los EE. UU., la temporada del VRS comienza en el otoño y alcanza su punto máximo en el invierno.



Proteja a su hijo pequeño del VRS.

Hay dos opciones para proteger a los bebés para que no se enfermen gravemente por el VRS. La mayoría de los bebés solo necesitan una de las dos.

La vacuna contra el VRS administrada durante el embarazo:

- protección que se pasa al bebé durante el embarazo
- se recomienda entre las semanas 32 y 36 del embarazo
- por lo general se administra de septiembre a enero

Los anticuerpos contra el VRS administrados al bebé:

- proporcionan protección directamente al bebé
- se recomiendan para bebés menores de 8 meses
- por lo general se administran de octubre a marzo

También se recomienda una dosis de anticuerpos contra el VRS para los siguientes niños de entre 8 y 19 meses de edad que estén entrando en su segunda temporada del VRS:

- niños con enfermedad de los pulmones crónica por haber nacido de manera prematura
- niños gravemente inmunodeprimidos
- niños con fibrosis quística que tienen un caso grave de la enfermedad
- niños indígenas de los EE. UU. y nativos de Alaska

Hable con su proveedor de atención médica para determinar cuál es la mejor opción para usted y su bebé.



espanol.cdc.gov/rsv

© 2014 CDC

El VRS es la

CAUSA PRINCIPAL

de hospitalizaciones
infantiles en los

EE. UU.



www.cdc.gov/rsv

© 2014 CDC

Blog Post # 7. This blog describes

“How to confirm your voter registration status

Check your voter registration online to confirm your voter registration number and if you are still registered. Verify your name, address, political party, and polling place.

How to check if you are registered to vote

1. Visit [Can I Vote](#) and select "voter registration status."
2. Choose your state. You will be taken to a page on your state's election website.

Important to see if you are registered.

Check your registration information **before** your state's registration deadline to register to vote. That could be **up to 30 days before the election**. This gives you time if you need to re-register or make changes.

Do you need to re-register or change your registration?

No, if: Your name and address have not changed and you are an active voter.

Yes, if: You have moved within your state or changed your name. [Update your voter registration](#) with your new location or your new name. Make sure you also update your state driver's license or state ID card before the election, if that is the voter ID you will use.

- You have moved permanently to another state. [Register to vote](#) in the new state.

Maybe, if: You move to a different state very close to the date of a presidential primary or general election.

- In some states, you may be able to register to vote when you cast your ballot on Election Day. [Find out if your state has same-day registration.](#)
- Some states, counties, and voting districts require you to be a resident for up to 30 days before an election. [Check the date of your next federal, state, or local election.](#)
- If you do not have time to register in your new state before a presidential primary or general election, your old state must allow you to vote in person or by absentee ballot. After that, you will need to register in and begin voting in your new state. (more)

Why you should check your registration

information. States try to keep their voter registration lists as accurate as possible. This means:

- Removing registrations of voters who are no longer residents
- Marking some registrations as inactive

You may be marked inactive if you:

- Do not respond to election officials' postcards or letters *and*
- Have not voted in the last two federal general elections (a midterm and a presidential election)

If your registration is inactive, you may have to take extra steps before you can vote. If you do not, you may have to cast a provisional ballot.

Checking and updating (as needed) your registration ahead of time ensures:

- Your name, address, and party affiliation are up-to-date.
- You have time to make any necessary changes if your registration is marked inactive.
- You can vote.
- You know your correct polling place.”

All of the above from: <https://www.usa.gov/confirm-voter-registration>

Can I Vote <https://www.nass.org/can-i-vote> Options include:

[Voter Registration Status](#)

[Find Your Polling Place](#)

[Valid Forms of ID](#)

[Absentee and Early Voting](#)

Using the correct car seat or booster seat can be a lifesaver. Make sure your child is always buckled in an age- and size-appropriate car seat or booster seat.



REAR-FACING CAR SEAT

Birth until age 2—4

Buckle children in a rear-facing car seat until they reach the maximum weight or height limit of their car seat. Keep children rear-facing as long as possible. Never place a rear-facing car seat in front of an active air bag.



FORWARD-FACING CAR SEAT

After outgrowing rear-facing seat and until at least age 5

When children outgrow their rear-facing car seat, they should be buckled in a forward-facing car seat until they reach the maximum weight or height limit of their car seat.



BOOSTER SEAT

After outgrowing forward-facing seat and until seat belts fit properly

Once children outgrow their forward-facing seat, they should be buckled in a booster seat until seat belts fit properly. Proper seat belt fit usually occurs when children are 4 feet 9 inches tall and age 9-12.



SEAT BELT

Once seat belts fit properly without a booster seat

Children no longer need to use a booster seat once seat belts fit them properly. Seat belts fit properly when the lap belt lays across the upper thighs (not the stomach) and the shoulder belt lays across the chest (not the neck).

Keep children ages 12 and under properly buckled in the back seat.

**Recommended age ranges for each seat type vary to account for differences in child growth and height/weight limits of car seats and booster seats. Use the car seat or booster seat owner's manual to check installation and the seat height and weight limits, and proper seat use.*

Child safety seat recommendations: American Academy of Pediatrics.
 Graphic design: adapted from National Highway Traffic Safety Administration
www.cdc.gov/motorvehiclesafety/cps



10/2013 6/1/17