

NOVIEMBRE



¡No se le olvide cambiar sus relojes el domingo 5 de noviembre!



NOCHE DE JUEGOS EN FAMILIA

El centro está planeando una noche de juegos para nuestras familias el **jueves, 9 de noviembre** de **5:00pm a 6:00pm!**

Todas nuestras familias son invitadas. ¡Vengan a divertirse!

CONFERENCIAS DE PADRES

Se acercan las conferencias de padres. Programe su conferencia con la maestra de su hijo para hablar sobre su progreso. Las conferencias son el momento perfecto para hacer preguntas sobre el desarrollo de su hijo.

VACACIONES DE ACCIÓN DE GRACIAS

El centro estará **CERRADO** el **jueves 23 de noviembre** y el **viernes 24 de noviembre** por el Día de Acción de Gracias.

Si planea estar fuera toda la semana, avise con la maestra de su hijo o a la oficina.

FIESTA DE ACCIÓN DE GRACIAS

El centro y nuestra junta directiva planearán un almuerzo especial para todos los niños el **miércoles, 22 de noviembre** para celebrar el día de acción de gracias.

El centro también cerrará **TEMPRANO** este día a las **12:30pm.**

CUMPLEAÑOS

Raul – 4 , Sofia H. – 11, Ms. Ivette – 17, Dayana – 19 ,
Emery – 22 , Mario B. – 23 , Genesis – 30



Frutas coloridas

En el cuidado infantil, incluimos una variedad de frutas en las comidas y meriendas/snacks. Servimos frutas porque:

- Añaden color, textura y sabor a las comidas y meriendas/snacks.
- Proporcionan vitaminas y minerales para que su niño crezca y juegue.
- Proporcionan fibra para ayudar a prevenir el estreñimiento.
- Ayudan a su niño a aprender hábitos alimenticios saludables.

Receta: Camotes y manzanas horneados

Hornear manzanas y camotes (batatas dulces) juntos crea un sabroso acompañante que tanto los niños como los adultos disfrutan. Las manzanas Braeburn, Gala, Honey Crisp, Jonagold, o Jonathan funcionan bien en esta receta.

Sirve:

6 porciones
(½ taza)

Preparación:

7 minutos

Tiempo de cocción:

40 minutos

Ingredientes

- 3 cucharadas de azúcar morena, empacada
- ½ cucharadita de canela, molida
- ¼ cucharadita de sal
- 2 tazas de camotes, pelados, cortados en cubos de ½"
- 3 tazas manzanas, peladas, sin el centro, cortadas en cubos de ½"
- 1 cucharada de aceite de canola
- ¼ taza de jugo de naranja
- Aceite en aerosol antiadherente

Direcciones

1. Precaliente el horno a 350 °F.
2. Cubra ligeramente una bandeja para hornear mediana (8" X 8") con aceite en aerosol antiadherente.
3. En un tazón mediano, combine azúcar morena, canela, y sal.
4. Mezcle camotes, manzanas, aceite, y jugo de naranja en la mezcla de canela y azúcar.
5. Coloque la mezcla de camotes y las manzanas en la bandeja para hornear.
6. Cubra con papel de aluminio y hornee por 40 minutos, o hasta que los camotes estén tiernos.
7. Sirva ½ taza.

Intente un arcoíris de frutas

Motive a su niño a probar frutas de todos los diferentes colores. Hay frutas para cada color del arcoíris.

Rojo

fresas, cerezas,
frambuesa

Naranja

naranjas,
mandarinas,
duraznos/
melocotones,
melón
cantaloupe

Amarillo

bananas, piñas

Verde

kiwi, uvas,
manzanas

Azul & Morado

arándanos,
ciruelas, uvas

¡Haga su propio arcoíris!

A medida que su niño pruebe diferentes frutas, anímelo a colorear la sección del arcoíris que coincida con el color de la fruta. Exhiba el arcoíris completo en su casa o compártalo con nosotros.

