

Phelan Elementary se adhiere a la póliza (5030a) de nuestra Junta de Distrito Escolar, que establece que *las escuelas no deben de consumir o servir alimentos de un mínimo valor nutritivo, y que son para promover alimentos saludables para los estudiantes*. Por esta razón, la siguiente póliza se deberá respetar:

1. Los estudiantes deberán traer una merienda nutritiva para comérsela a media mañana. Estudiantes que traigan meriendas sin un valor nutritivo (por ejemplo: tostadas, galletas) se les pedirá que las guarden para el almuerzo.

2. Estudiantes que desean compartir una merienda con su clase deben de traer alimentos de valor nutritivo. Pastel, dulces o otros postres azucarados o que de otra manera no sean alimentos nutritivos no lo podran compartir con otros estudiantes. Esto incluye meriendas que se traen para cumpleaños o otras celebraciones en la clase.

Apreciamos su apoyo y su ayuda en la implementación de esta póliza, para que nuestros estudiantes desarrollen una fundación de por vida que sea con alimentos saludables y de una buena salud.

Estas son algunas ideas para meriendas y golosinas que son saludables y también disfrutables. 😊

- Palomitas de maíz
- Galletas saladas
- Barras de granola
- Fruta fresca o seca
- Yogur con poca grasa
- Helados de fruta
- Galletas de higo en barra
- Galletas graham
- Galletas de crema de cacahuete
- Sandwich de crema de cacahuete y jalea
- Vegetales con aderezo