

Distrito Escolar de Lennox
Póliza del Bienestar



Distrito Escolar de Lennox
Mesa Directiva de Educación

Sergio Hernández
Shannon Thomas-Allen
Ángela Fajardo
Juan Navarro
Marisol Cruz

Superintendente de Escuelas
Kent Taylor

Este instituto es un proveedor de oportunidad equitativo

Índice

Introducción a la Póliza del Bienestar Escolar del Distrito Escolar de Lennox	3
Comité del Bienestar de Lennox	3
Póliza del Bienestar Escolar de Lennox	
Nutrición y la Promoción de la Nutrición	4
Guías para la Comida Disponible en la Escuela	5
Servicios Alimenticios y Nutrición	6
Guías para los Alimentos Reembolsables	7
Educación Física y Actividad Física	7-8
Participación de Familia y de la Comunidad	9
Implementación, Evaluación y Monitoreo de la Póliza del Bienestar	11
Declaración No-Discriminativa USDA	12
<u>Apéndices:</u>	
<u>Apéndice A.</u> Resumen de la Regulación de la Comida Competitiva	14
<u>Apéndice B.</u> Botanas Saludables <i>SMART SNACKS</i> en la escuela	18
<u>Apéndice C.</u> Proyecto Eficiente — Gráfica de Datos	21
<u>Apéndice D.</u> Recaudaciones Saludables y Claves para las Celebraciones	24
<u>Apéndice E.</u> Concilio de Lácteos - Free Folleto de Educación Nutritiva Gratuita	31

EL BIENESTAR DE LOS ESTUDIANTES

El gobierno federal autorizó, bajo la Ley de los Niños Saludables Libres de Hambre (HHFKA) de 2010, al Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) para establecer los estándares nutritivos para la comida disponible en las escuelas e incluir una sección que específicamente dirige las pólizas del bienestar escolar local. Los objetivos del HHFKA incluyen en mejorar los requisitos de la póliza del bienestar escolar local existente, fortalecer la implementación y la evaluación de las pólizas, y aumentar la aportación pública en ambos el desarrollo de la póliza del bienestar escolar local y la documentación.

EL BIENESTAR DE LOS ESTUDIANTES

La Mesa Directiva de Educación reconoce la conexión entre la salud y el aprendizaje del estudiante y desea de proponer un programa comprensivo que promueve la alimentación saludable y la actividad física para los estudiantes de Lennox. Es reconocido que las escuelas tienen una responsabilidad de apoyar la implementación de la nutrición escolar y los programas de aptitud física. Cuando los estudiantes aprenden, establecen y mantienen las habilidades alimenticios saludables y los patrones de actividades, se ha demostrado que apoya su comportamiento y su rendimiento académico, al igual como el bienestar de toda la vida.

(cf. 3513.3 – Escuelas libres de Tabaco)
(cf. 3514 – Seguridad en Entorno)
(cf. 5131.6 – Alcohol y Otros Estupefacientes)
(cf. 5131.62 - Tabaco)
(cf. 5131.63 - Esteroides)
(cf. 5141 – Cuidados de Salud y Emergencias)
(cf. 5141.22 – Enfermedades Infecciosas)
(cf. 5141.3 – Examinaciones de la Salud)
(cf. 5141.31 - Inmunizaciones)
(cf. 5141.32 – Evaluaciones de Salud para el Ingreso Escolar)
(cf. 5141.6 – Servicios de la Salud Escolar)
(cf. 5142 - Seguridad)

COMITÉ/CONCILIO DE LA SALUD ESCOLAR

La póliza de la Mesa Directiva relacionada al bienestar del estudiante es desarrollada, implementada y monitoreada con la participación de los padres/tutores, estudiantes, profesionales de los servicios alimenticios escolar, administradores escolar, representativos de la mesa directiva, y otros miembros de la comunidad interesados del público. (42 U.S.C. 1751)

El Superintendente o designado puede asignar a un concilio de salud escolar o un comité consistiendo de los representativos de los grupos arriba. El concilio o comité puede también incluir los administrativos del distrito, educadores de salud, maestro de educación física, consejera y otros interesados en las cuestiones de salud escolar.

El concilio de salud escolar o comité asiste con el desarrollo de la póliza y aconseja al distrito en cuestiones relacionadas con la salud, actividades, pólizas y programas. A la discreción del Superintendente o designado, los cargos del concilio pueden incluir la planificación e implementación de las actividades para promover la salud dentro la escuela o comunidad.

(cf. 1220 – Comités del Consejo a los Ciudadanos)
(cf. 9140 – Representativos de la Mesa Directiva)

NUTRICIÓN

Nutrición Educativa

El programa de educación de la nutrición del distrito debe ser basado en las investigaciones actuales, consistentes con las expectativas establecidas en la estructura del currículo del estado y los estándares del contexto.

Como apropiado, la educación nutritiva debe ser integrada a las materias académicas fundamentales y ofrecidas a través de los programas después de la escuela y las actividades extracurricular. (EC 51210, EC 51890)

Para animar los mensajes consistentes de la salud entre el contexto del hogar y la escuela, el Superintendente y/o el Comité del Bienestar puede diseminar la información a los padres/tutores a través de los noticieros, folletos, reuniones de los padres/tutores del Distrito o escuela o página de internet de los Servicios Nutritivos de los Niños, y otras comunicaciones. El alcance a los padres/tutores deben enfocarse en la relación entre la salud y el rendimiento académico. Las ferias de salud pueden ser proporcionadas bianual con la cooperación y apoyo de los socios colaborativos del Distrito.

(cf. 5148.2 – Programa Antes/Después de la Escuela)
(cf. 6142.8 – Educación Comprensiva de la Salud)

Promoción de la Nutrición

La Mesa Directiva prohíbe la mercadotecnia y la publicidad de las comidas y bebidas no nutritivas y a través de carteles, logos, marcadores, suministros escolares, propaganda en las publicaciones escolares, cupones o programas incentivos u otros modos.

(cf. 1325 – Publicidad y Promoción)

La promoción y educación nutritiva positivamente influye los comportamientos de la consumación de los alimentos para toda la vida al utilizar técnicas basadas en las pruebas y mensajes nutritivos, y al crear los contextos de los alimentos que animan las opciones nutritivas saludables y animan la participación en los programas de los alimentos escolares. Los estudiantes y el personal recibirán los mensajes nutritivos consistentemente a través de las escuelas, aulas, gimnasios y cafeterías. La promoción nutritiva también incluye la mercadotecnia y la propaganda de los alimentos y bebidas nutritivas a los estudiantes y es más efectiva cuando implementada consistentemente a través de un alcance comprensivo y de múltiples vías por el personal escolar, maestros, padres, estudiantes y la comunidad.

La información de la promoción nutritiva debe ser proporcionada a los padres y estudiantes vía la página de internet de los Servicios Nutritivos de los Niños, en la cafetería y mostrado en las pantallas digitales de los menús de la cafetería.

GUÍAS PARA LA COMIDA DISPONIBLE EN LA ESCUELA

Ventas de Alimentos Competitivos

El superintendente o designado debe asegurar la calidad y adecuación nutritiva de la cantidad de todas las comidas proveídas o hechas disponibles a los estudiantes y el personal. Los estándares nutritivos deben ser adoptados por el distrito para todas las comidas y bebidas vendidas a los estudiantes, incluyendo las comidas y bebidas proporcionadas a través del programa de servicios de alimentos, tiendas de los estudiantes, recaudos de fondos, u otras vías del distrito.

Cada escuela debe asegurar que los alimentos y bebidas vendidas y proveídas en las propiedades de la escuela empiecen a medianoche y hasta media hora después del día escolar para cumplir con el Código Educativo de California y el Código de Regulaciones de California. (EC 48931; 5 CCR 15500) (*Apéndice A: Resumen de las Regulaciones de los Alimentos Competitivos*)

Celebraciones, Donaciones y Recompensas del Aula

Celebraciones del aula para K-8 involucrando comida son limitadas a no más de cuatro celebraciones por año y ocurren después del ultimo periodo del almuerzo. Las comidas y bebidas proporcionadas a través del departamento de servicios alimenticios. (*Apéndice A: Resumen de las Regulaciones de los Alimentos Competitivos, Apéndice C: Proyecto Eficiente*).

El superintendente o designado debe promover la organización escolar para utilizar los artículos o artículos no alimenticios saludables. Él/ella no debe participar en el programa incentivo que recompensa a los alumnos al proporcionar los alimentos o bebidas que no cumplen con los estándares nutritivos USDA.

El personal escolar debe requerir a los padres/tutores u otros voluntarios de apoyar al programa educativo de la nutrición al alcanzar o exceder las guías nutritivas colocadas por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) al seleccionar cualquier botana cual ellos donen para las fiestas ocasionales del aula. Celebraciones del aula deben ser convocadas después del periodo del almuerzo cuando sea posible.

Las escuelas deben apoyar la alimentación saludable al proporcionar las recompensas no alimenticias para el reconocimiento del éxito y rendimiento del aula (*Apéndice D: Pliego de Claves y Ejemplos de los Recaudos Saludables y Celebraciones*).

Alimentos hechos en casa no deben ser permitidos para los estudiantes durante el día escolar. Esto no aplica a los almuerzos y botanas del estudiante ingresados del hogar para la consumación individual.

Servicios Alimenticios y Nutritivos

El Departamento de Servicios Nutritivos de los Niños deben adoptar las guías nutritivas que apoyan las guías saludables y promueven la salud óptima para todas las comidas disponibles en la escuela durante el día escolar y después de escuela, con el objetivo de promover la salud estudiantil y reduciendo la obesidad en los niños. (42 USC 1751 Nota)

El departamento debe ofrecer fruta, verduras frescas y atractivas, particularmente sembradas en California, al igual como granos enteros y productos lácteos bajos en grasa en tamaños de porciones que alcancen las necesidades calóricas del niño. En adición, todos los estudiantes deben tener el acceso al agua para beber fresca, segura, gratuita durante todos los horarios de los alimentos.

La documentación de la información nutritiva para las comidas vendidas aparte de los Servicios Nutritivos en la escuela deben ser mantenidos en un archivo por la escuela en donde el evento ocurrió.

(cf. 3312 - Contratos)

(cf. 3550 – Servicios Alimenticios/Programa Nutritivo de los Niños)

(cf. 3554 – Otras Ventas de Alimentos)

(cf. 5148 – Cuidados de Niños y el Desarrollo)

(cf. 5148.3 – Educación Preescolar/Temprana Edad)

La participación máxima en el programa de alimentos escolares es lograda a través de un alcance coordinado, comprensivo y un plan de promoción y asegurar que:

- Todos los estudiantes calificados sean elegibles para los alimentos gratuitos a través de la certificación directa y la coordinación con los servicios del condado.
- El distrito ha colocado sistemas en lugar para mejorar la confidencialidad y eliminar la estigma del aceptar los alimentos “gratuitos” a través de la implementación de un sistema de puntos de venta computarizados.

El Distrito y las escuelas deben extender al alcance el horario posible del camión y tomar otros pasos adecuados para animar la participación a través de la cafetería escolar antes de los paseos escolares para asegurar la cuenta precisa de los alimentos reembolsables.

(cf. 3553 – Alimentos Gratuitos y Reducidos)

Seguridad de los Alimentos

El personal de los Servicios Nutritivos debe regularmente ser entrenado en la seguridad de los alimentos y las regulaciones de los requisitos de los alimentos.

Los estándares de la seguridad y el saneamiento de los alimentos deben ser obedecidos en todos los eventos escolares. Los Supervisores de la Seguridad de los alimentos con Licenciatura o el personal de los empleados de los alimentos con licenciatura deben estar presente cuando utilizan las instalaciones de la cocina o cuando manipulan los utensilios de la cocina. Esto es entablado para proteger a los estudiantes al eliminar la posibilidad de la contra contaminación.

- Cualquier personal manejando los alimentos o utensilios se: (refiérase al www.foodsafety.gov para más detalles.)
- Lavar sus manos adecuadamente
- Adecuadamente mantener la comida a las temperaturas correctas: alientos fríos a o debajo de 40 grados Fahrenheit y alimentos calientes a o más de 140 grados Fahrenheit
- Limpiar y desinfectar los utensilios y las superficies de trabajo
- No mantener los alimentos o utensilios cuando están enfermos
- No manipular la comida lista para comer con las manos sin protección

Guías para los Alimentos Reembolsables

Los alimentos y bebidas proporcionados a través de los programas de los alimentos escolares reembolsables federales deben alcanzar o exceder las regulaciones federales. (42 USC 1751 Nota)

En orden de maximizar la capacidad del Distrito de proporcionar los alimentos y botanas nutritivos, todas las escuelas del Distrito deben participar en los programas de la nutrición federal disponibles, incluyendo el Almuerzo Escolar Nacional y Desayunos Escolares.

EDUCACIÓN FÍSICA

Los programas de la educación física del Distrito debe ser basado en las investigaciones, y estará en conjunto con los Estándares IC-12 de la Educación Física Estatal de California y la estructura del currículo.

Los estudiantes en cada grado, Pre-K a octavo grado, participaran, por Código Educativo, en la educación física diaria por un año escolar entero, incluyendo los estudiantes con condiciones de discapacidades y esos programas educativos alternos. Los estudiantes en los grados primarios deben participar en la educación física por un mínimo de 200 minutos cada diez días y los estudiantes en los grados de escuela secundaria/preparatorios deben participar por un mínimo de 400 minutos cada diez días.

Las escuelas deben establecer las metas y objetivos de aprendizaje específico para la educación física. Estas metas y objetivos deben ser consistentes con el Contexto de los Estándares de la Educación Física para las Escuelas Públicas de California. Un currículo secuencial, adecuadamente desarrollado debe ser diseñado, implementado y evaluado para ayudar a los estudiantes desarrollar el conocimiento, actitudes y confianza de las habilidades de la motricidad

habilidades del auto supervisar necesarias para adoptar y mantener la actividad a través de sus vidas. (EC 51210, 51222, 51223, 51224)

(cf. 6142 – Educación Física)

(cf. 6011 – Estándares Académicos)

(cf. 6143 – Curso de Estudio)

ACTIVIDAD FÍSICA

Es recomendado que todos los estudiantes de la escuela primaria tengan un mínimo de 20 minutos al día de recreo supervisado, preferible afuera, y la escuela secundaria un mínimo de 40 minutos, durante cuales escuelas deben animar la actividad moderada a vigorosa que es de edad y desarrollo adecuado. Las preescolares ofrecerán 30 minutos por programa de medio día. (EC 51210, 51222, 51223)

Se les anima a todas las primarias y secundarias de ofrecer programas de actividad física extra curricular, tal como los clubs o programas intramuros. Todas las escuelas secundarias deben ofrecer los programas de deportes inter-escolásticos que incluyen un rango de actividades que alcanzan las necesidades, intereses y capacidades de todos los estudiantes, incluyendo los niños, niñas, estudiantes con discapacidades y estudiantes con necesidades de cuidados de salud especial.

- Para grados k-6, 20 minutos de recreo son disponibles, no incluyendo el almuerzo
- Maestros del aula son animados de proporcionar un mínimo de dos descansos de actividades físicas al día en total de un mínimo de 10 minutos.
- Las escuelas son animadas de proporcionar las oportunidades para la actividad física extra antes y/o después de la escuela tal como: club de correr/caminar, deportes, baile, escalar e yoga.
- Las escuelas son animadas de proporcionar una ruta segura a los recursos de las escuelas para promover la actividad a la transportación a y de regreso a la escuela.
- El distrito debe desarrollar una póliza del recreo afuera para asegurar todos los estudiantes reciban un mínimo de 20 minutos de recreo durante un día del clima inclemente.

Reconociendo las necesidades de salud de nuestros niños y con el intento de instilar un amor al ejercicio y movimiento, las actividades físicas deben no ser utilizadas para el propósito disciplinario. (EC 49001) Medidas alternas disciplinarias son animadas envés de la educación/actividad física o recreo.

El Superintendente o designado debe apoyar al personal de proveer, modelos ejemplares positivos. Él/ella debe promover y puede proporcionar las oportunidades para la actividad física regular entre los empleados. El desarrollo profesional puede incluir las estrategias instructivas que evalúan el conocimiento de la salud y las habilidades y promueven los comportamientos saludables.

PARTICIPACIÓN DE LA FAMILIA, PERSONAL Y COMUNIDAD

El Superintendente designado debe implementar las estrategias para la participación de los padres/tutores y la comunidad en reforzando la comprensión de los estudiantes y el agradecimiento de la importancia de un estilo de vida saludable.

- El programa del bienestar del personal debe apoyar los esfuerzos de los empleados para mejorar su salud y aptitud personal, para que ellos puedan proveer como modelos ejemplares y promover la salud de otros, incluyendo a los estudiantes.
- La comunidad y las familias de los estudiantes son animados de promover un estilo de vida saludable para los estudiantes. Sociedades basados en la comunidad pueden ayudar a promover estos comportamientos a través de las promociones de los materiales de la salud, lecciones y actividades de la comunidad.

(cf. 4131 – Desarrollo del personal)

(cf. 4231 Desarrollo del personal)

(cf.4331 - Desarrollo del personal)

SALUD, SEGURIDAD Y CONTEXTO ESCOLAR

El Distrito Escolar de Lennox continuará de proporcionar y promover un contexto seguro durante el día escolar y durante todos los eventos y actividades relacionadas a la escuela.

Contexto Físico, Salud y Seguridad

- El Comité de las Escuelas Seguras del Distrito Escolar de Lennox se reunirá para revisar los procedimientos y pólizas de seguridad que puedan ser implementadas en las escuelas. (i.e. equipo de seguridad del distrito)
- Todas las escuelas continuarán de conducir los simulacros de emergencia programados de acuerdo con las regulaciones y requisitos estatales.
- Las escuelas continuaran de monitorear el equipo/plantel y referir a los posibles peligros para rápidamente reparar.
- Los estudiantes serán enseñados las reglas de seguridad de la escuela. Los empleados de la escuela dirigirán las infracciones adecuadamente. (i.e. Semana del Listón Rojo/Red Ribbon Week)
- El personal será informado y actualizado de todas las regulaciones de la seguridad.

- Las escuelas promoverán un contexto libres de estupefacientes y sustancias/drogas para animar hacer buenas decisiones en la vida en la escuela y en la comunidad.
- Las escuelas reforzaran la póliza para prevenir los acosos el “*anti-bullying*” y promoverán la tolerancia social y el respeto a otros. (i.e. vía la beca de la actitud importa/*Character Counts*)

(cf. 6145 – *Actividades extracurricular y curricular*)

(cf. 6145 – *Competencia Atlética*)

Salud Social/Psicológica

- Todos las Escuelas de Lennox tiene disponible un personal de consejería para apoyar a los estudiantes, padres y personal. Esto incluye que cada primaria tenga un consejero de servicios para los alumnos (PPS por sus siglas en inglés) de tiempo completo y en la escuela secundaria un consejero PPS de tiempo completo por cada nivel de grado.
- Las escuelas tienen un protocolo en lugar para la detección y la derivación de los estudiantes quien tienen la potencia para lastimarse a si mismos u otros.
- En orden de asegurar que los estudiantes tengan el acceso a servicios comprensivos de salud y servicios de salud mental, el Distrito proporcionará el acceso o derivaciones a servicios de salud y servicios de salud mental gratuitas y de bajo costo a o cercas a las escuelas del Distrito y/o pueden proporcionar las derivaciones a los recursos de la comunidad.

(cf. 6164.2 – *Servicios de guía/consejería*)

Servicios de la Salud

- Los servicios de salud del Distrito son un medio crítico para mejorar el rendimiento educativo del estudiante y también el bien estar de los estudiantes.
- El personal escolar promoverá la asistencia al animar los hábitos saludables y prevención de lesiones durante el mes de septiembre cual es el mes del Conocimiento de la Salud.
- El personal proporcionará los recursos locales de la comunidad ((i.e. T.H.E. Health and Wellness Center, Curtis Tucker Health Center y St. Margaret Center) para los cuidados de la salud, seguro de salud, y educación de salud, incluyendo los recursos de bajo costo o gratuito a los estudiantes y sus familias.
- Por el 40mo año seguido el Distrito Escolar de Lennox continuará de colaborar con el programa Médico de UCLA para conducir las Ferias de Salud bianual de Lennox. Esta feria proporciona servicios médicos y dentales a la comunidad.
- El Distrito Escolar de Lennox también continuará de explorar los recursos y las becas para el entrenamientos y materiales para la educación de la salud.

(cf. 6146 – Estudiantes Casados/Embarazados/Padres)
(cf. 6142.1 – Educación sobre la Salud Sexual y la Prevención del VIH/SIDA)

IMPLEMENTACIÓN, EVALUACIÓN Y SUPERVISIÓN DE LA PÓLIZA DEL BIENESTAR *(Apéndice L: Limite de Tiempo para la Implementación, Evaluación y la Supervisión)*

La Mesa Directiva debe establecer un plan para medir la implementación de la póliza. El Superintendente debe designar un mínimo de una persona dentro del Distrito y en cada escuela quien está encargado con la responsabilidad operacional para asegurar que las escuelas implementen la póliza del bienestar del Distrito. (42 USC 1751 Nota)

(cf. 0500 - Responsabilidad)

El Superintendente o designado debe informar a la Mesa Directiva un mínimo de dos años en la implementación de esta póliza y cualquier otra póliza de la mesa directiva relacionada a la nutrición y las actividades físicas.

Las escuelas deben utilizar esta póliza para desarrollar sus propios procedimientos internos para asegurar la conformidad con la Póliza del Bienestar de Lennox. El Superintendente o designado debe evaluar la implementación y efectividad de esta póliza cada año. Las evaluaciones deben incluir lo siguiente.

- El alcance al cual las escuelas del Distrito sean conformes con esta póliza.
- Una descripción del progreso hecho en obteniendo las metas de la Póliza del Bienestar del Distrito.
- Descripción de la educación nutritiva, educación física, currículo de educación de salud del distrito.
- Número de los minutos de la instrucción de la educación física ofrecida en cada lapso de grado.
- Los resultados de la evaluación de aptitud física estatal
- Un análisis del contexto nutritivo de los alimentos provistos basados en una muestra del menú
- Las tasas de la participación del estudiante en los programas de los alimentos escolares
- Aportación del personal de los servicios alimenticios, administradores escolares, el concilio del bienestar, padres/tutores, estudiantes y otras personas apropiadas.
- Cualquier otro indicador recomendado por el Superintendente y aprobado por la Mesa Directiva

El Superintendente o designados debe establecer los indicadores cuales deben ser utilizados para medir la implementación y eficaz de las actividades del Distrito relacionadas al bienestar de los estudiantes. Cualquier currículo utilizado para la instrucción debe ser aprobada, secuencial, desarrollada adecuadamente, precisamente medida, y basada en las ciencias o validada por las

investigaciones. El Distrito y el Comité de la Póliza del Bienestar se reunirán cada año y evaluarán la póliza para lograr las metas y necesidades del Distrito. El proceso de la evaluación debe ser evaluado si las cuestiones son identificados en la póliza están haciendo una diferencia en el conocimiento del estudiante, padre y personal y para identificar los éxitos, al igual como las barreras para el éxito.

En adición, los resultados de la evaluación deben ser sometidos a la Mesa Directiva cada año para el propósito de evaluar la póliza y la practica, reconocer los logros, y hacer ajustes a la póliza como sean necesarios para enfocarse en los recursos y esfuerzo del Distrito en las acciones que son más probable de hacer un impacto positivo en la salud y rendimiento del estudiante.

Evaluaciones Trienal

El Distrito debe evaluar la conformidad con los requisitos de la póliza del bienestar como parte de las áreas generales de la revisión administrativa cada 3 años. Esta evaluación determinará la conformidad al compararlo a los modelos de las pólizas del bienestar y examinando el progreso hecho en alcanzado las metas de la póliza del bienestar.

Requisitos de la Documentación, Anuncios y Actualización

El Distrito mantendrá los archivos y hará disponibles los documentos asociados con la póliza del bienestar incluyendo:

- Una copia actual de la póliza del bienestar
- Las más recientes evaluaciones de la implementación de la póliza, y
- Documentación de los esfuerzos para revisar y actualizar la póliza y la gente involucrada

El Superintendente o designado debe informar y actualizar al público, incluyendo a los padres/tutores, estudiantes, y otros en la comunidad, del contexto e implementación de esta póliza y los resultados de la evaluación.

Cada escuela debe anunciar las pólizas y las regulaciones del Distrito sobre la nutrición y las actividades físicas en vista pública en todas las cafeterías escolares o en otras áreas centrales para comer. (EC 49432)

DECLARACIÓN NO DISCRIMINATORIA USDA

De acuerdo con la ley Federal de los derechos civiles y el Departamento de Agricultura de los E.E.U.U. (USDA) las regulaciones y pólizas de los derechos civiles, el USDA, sus Agencias, oficinas, y empleados, y instituciones participando en o en la administración de los programas USDA son prohibidos de la discriminación basado en la raza, color, origen nacional, sexo, discapacidad, o represalia o retaliación para las actividades de los derechos civiles en cualquier programa o actividad conducida o financiada por el USDA.

Personas con discapacidades quien requieren de las medidas alternas de la comunicación para la información del programa (e.g. Braille, impreso grande, audio de una grabación, Idioma de Señas Americano, etc.), deben contactar a la Agencia (Estatat o local) donde ellos aplican los beneficios. Individuos quien son sordos, con dificultad auditiva o con discapacidades del habla pueden contactar al USDA a través del Servicio Relay Federal al (800) 877-8339. Adicionalmente, la información del programa puede ser disponible en otros idiomas a parte del inglés.

Para entablar una querella de discriminación del programa, complete la Forma de Querella de discriminación del Programa USDA (AD-3027) encontrado en el internet al [http://: www.ascr.usda.gov](http://www.ascr.usda.gov), y cualquier oficina, o escriba una carda dirigida al USDA y proporcione en la carta toda la información solicitada en el formulario. Para solicitar una copia de la forma de la querella, llame al (866) 632-9992. Someta su forma o carta completa al USDA al:

- (1) correo: 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; o
- (3) [email: program.intake@usda.gov](mailto:program.intake@usda.gov).

Este instituto es un proveedor de oportunidad equitativa.

ELEMENTARY SCHOOL-FOOD RESTRICTIONS

References: *Education Code* sections 49430, 49431, 49431.7; *California Code of Regulations* sections 15575, 15577, 15578; *Code of Federal Regulations* sections 210.11, 220.12

An elementary school contains no grade higher than grade 6.

Effective from midnight to one-half hour after the end of the official school day.

Applies to ALL foods sold to students by any entity.

Sold means the exchange of food for money, coupons, vouchers, or order forms, when any part of the exchange occurs on a school campus.

Compliant foods

Must meet one of the following general food standards:

- Be a fruit, vegetable, dairy, protein, or whole grain item* (or have one of these as the first ingredient), or
- Be a combination food containing at least $\frac{1}{2}$ cup fruit or vegetable. AND must meet the following nutrition standards:
 - 5 35% calories from fat (except nuts, seeds, reduced-fat cheese or part skim mozzarella, dried fruit and nut/seed combo, fruit, non-fried vegetables, seafood), and
 - < 10% calories from saturated fat (except nuts, seeds, reduced-fat cheese or part skim mozzarella, dried fruit and nut/seed combo), and
 - 5 35% sugar by weight (except fruit**, non-fried vegetables, dried fruit and nut/seed combo), and
 - < 0.5 grams trans fat per serving (no exceptions), and
 - 5 200 milligrams sodium per item/container (no exceptions), and
 - 200 calories per item/container (no exceptions)

Paired foods:

- If exempt food(s) are combined with nonexempt food(s) or added fat/sugar they must meet ALL nutrition standards above. If two foods exempt from one or more of the nutrition standards are paired together and sold as a single item, the item must meet for trans fat, sodium, and calories.

***A whole grain item contains:**

- The statement "Diets rich in whole grain foods... and low in total fat... may help reduce the risk of heart disease..." or
- A whole grain as the first ingredient, or
- A combination of whole grain ingredients comprising at least 51% of the total grain weight (manufacturer must verify), or
- At least 51% whole grain by weight.

****** Dried blueberries cranberries, cherries, tropical fruit, chopped dates, or chopped figs that contain added sugar are exempt from fat and sugar standards. Canned fruit in 100% juice only.

CHECK YOUR DISTRICT'S WELLNESS POLICY FOR STRICTER RULES.

Groups or individuals selling foods/beverages to students must keep their own records as proof of compliance.

ELEMENTARY SCHOOL-BEVERAGE RESTRICTIONS

References: *Education Code* Section 49431.5, *California Code of Regulations* Section 15576, *Code of Federal Regulations* sections 210.10, 210.11, 220.8, 220.12

An elementary school contains no grade higher than grade 6.

Effective from midnight to one-half hour after the end of the official school day.

Applies to ALL beverages sold to students by any entity.

Sold means the exchange of beverages for money, coupons, vouchers, or order forms, when any part of the exchange occurs on a school campus.

A compliant beverage must be marketed or labeled as a fruit and/or vegetable juice, milk, non-dairy milk, or water AND meet all criteria under that specific category.

Compliant beverages:

1. Fruit or Vegetable juice:
 - a. $\geq$ 50% juice and
 - b. No added sweeteners
 - c. $\leq$ 8 fl. oz. serving size
2. Milk:
 - a. Cow's or goat's milk, and
 - b. 1% (unflavored), nonfat (flavored, unflavored), and
 - c. Contains Vitamins A & D, and
 - $\geq$ 25% of the calcium Daily Value per 8 fl. oz., and
 - $\geq$ 28 grams of total sugar per 8 fl. oz.
 - d. $\leq$ 8 fl. oz. serving size
3. Non-dairy milk:
 - a. Nutritionally equivalent to milk (see 7 CFR 210.10(d)(3), 220.8(i)(3) must contain per 8 fl. oz.:
 - $\geq$ 276 mg calcium
 - $\geq$ 8 g protein
 - $\geq$ 500 IU Vit A
 - $\geq$ 100 IU Vit D
 - $\geq$ 24 mg magnesium
 - $\geq$ 222 mg phosphorus
 - $\geq$ 349 mg potassium
 - $\geq$ 0.44 mg riboflavin
 - $\geq$ 1.1 mcg Vit B12, and
 - b. $\geq$ 28 grams of total sugar per 8 fl. oz., and
 - c. $\geq$ 5 grams fat per 8 fl. oz.
 - d. $\leq$ 8 fl. oz. serving size
4. Water:
 - a. No added sweeteners
 - b. No serving size

All beverages must be caffeine-free (trace amounts are allowable).

ELEMENTARY SCHOOL-STUDENT ORGANIZATIONS

Reference: *California Code of Regulations* Section 15500

Student organization is defined as a group of students that are NOT associated with the curricula or academics of the school or district. Effective from midnight to one-half hour after the end of the official school day.

Student organization sales must comply with all food and beverage standards AND all of the following:

1. Only one food or beverage item per sale.
2. The food or beverage item must be pre-approved by the governing board of the school district.
3. The sale must occur after the last lunch period has ended.
4. The food or beverage item cannot be prepared on campus.
5. Each school is allowed four sales per year.
6. The food or beverage item cannot be the same item sold in the foot service program at that school during the same school day.

MIDDLE/HIGH SCHOOL-FOOD RESTRICTIONS

References: *Education Code* sections 49430, 49431.2, 49431.7,
California Code of Regulations sections 15575, 15577, 15578, *Code of*
Federal Regulations sections 210.11, 220.12

middle/junior high contains grades 7 or 8, 7 to 9, 7 to 10.
 high school contains any of grades 10 to 12.
 effective from midnight to one-half hour after the end of the official school day.
 Applies to ALL foods sold to students by any entity.
 Sold means the exchange of food for money, coupons, vouchers, or order
 forms, when any part of the exchange occurs on a school campus.

"Snack" foods must meet one of the following general food standards:

- Be a fruit, vegetable, dairy, protein, or whole grain item* (or have one of these as the first ingredient), or
- Be a combination food containing at least % cup fruit or vegetable. AND must meet the following nutrition standards:
- 5 35% calories from fat (except nuts, seeds, reduced-fat cheese or part skim mozzarella, dried fruit and nut/seed combo, fruit, non-fried vegetables, seafood), and
- < 10% calories from saturated fat (except nuts, seeds, reduced-fat cheese or part skim mozzarella, dried fruit and nut/seed combo), and
- 5 35% sugar by weight (except fruit**, non-fried vegetables, dried fruit and nut/seed combo), and
- < 0.5 grams trans fat per serving (no exceptions), and
- s 200 milligrams sodium per item/container (no exceptions), and
- 5. 200 calories per item/container (no exceptions)

Paired foods:

- If exempt food(s) are combined with nonexempt food(s) or added fat/sugar they must meet ALL nutrition standards above.
- If two foods exempt from one or more of the nutrition standards are paired together and sold as a single item, the item must meet for trans fat, sodium, and calories.

"Entrée" foods must be intended as the main dish and be a:

- Meat/meat alternate and whole grain rich food, or
- Meat/meat alternate and fruit or non-fried vegetable, or
- Meat/meat alternate alone (cannot be yogurt, cheese, nuts, seeds, or meat snacks = these are considered a "snack" food).

AND

A competitive entrée sold by District/School Food Service the day of or the day after it appears on the reimbursable meal program menu must be:

- 5 400 calories, and
- s 35% calories from fat
- < 0.5 grams trans fat per serving

A competitive entree sold by Food Service if NOT on the menu the day of or day after or any other entity (PTA, student organization, etc.) must meet one of the following general food standards:

- Be a fruit, vegetable, dairy, protein, or whole grain item (or have one of these as the first ingredient), or
- Be a combination food containing at least % cup fruit or vegetable AND meet the following nutrition standards:
- 5 35% calories from fat, and
- < 10% calories from saturated fat, and
- 5 35% sugar by weight, and
- < 0.5 grams trans fat per serving, and
- 5 480 milligrams sodium, and
- 5 350 calories

*A whole grain item contains:

- The statement "Diets rich in whole grain foods and low in total fat may help reduce the risk of heart disease..." or
- A whole grain as the first ingredient, or
- A combination of whole grain ingredients comprising at least 51% of the total grain weight (manufacturer must verify), or
- At least 51% whole grain by weight.

** Dried blueberries cranberries, cherries, tropical fruit, chopped dates, or upped figs that contain added sugar are exempt from fat and sugar standards. 4ned fruit in 100% juice only.

MIDDLE/HIGH SCHOOL-BEVERAGE RESTRICTIONS

CHECK YOUR DISTRICT'S WELLNESS POLICY FOR STRICTER RULES.

Groups or individuals selling foods/beverages to students must keep their own records as proof of compliance.

California Department of Education, Nutrition Services Division

MIDDLE/HIGH SCHOOL-STUDENT ORGANIZATIONS

Reference: California Code of Regulations Section 15501

Student organization is defined as a group of students that are NOT associated with the curricula or academics of the school or district. Effective from midnight to one-half hour after the end of the official school day.

Student organization sales must comply with all food and beverage standards AND all of the following:

1. Up to three categories of foods or beverages *may* be sold each day (e.g., chips, sandwiches, juices, etc.).
2. Food or beverage item(s) must be pre-approved by the governing board of the school district.
3. Only one student organization is allowed to sell each day.
4. Food(s) or beverage(s) cannot be prepared on campus.
5. The food or beverage categories sold cannot be the same as the categories sold in the food service program at that school during the same school day.
6. In addition to one student organization sale each day, any and all student organizations may sell on the same four designated days per year. School administration may set these dates.

References: *Education Code* Section 49431.5, *California Code of Regulations* Section 15576, *Code of Federal Regulations* sections 210.10, 210.11, 220.8, 220.12

A middle/junior high contains grades 7 or 8, 7 to 9, 7 to 10.

A high school contains any of grades 10 to 12.

Effective from midnight to one-half hour after the end of the official school day.

Applies to ALL beverages sold to students by any entity.

Sold means the exchange of beverages for money, coupons, vouchers, or order forms, when any part of the exchange occurs on a school campus.

A compliant beverage must be marketed or labeled as a fruit and/or vegetable juice, milk, non-dairy milk, water, electrolyte replacement beverage/sports drink, or flavored water AND meet all criteria under that specific category.

Compliant beverages:

1. Fruit or Vegetable juice:
 - a. L. 50% juice and
 - b. No added sweeteners
 - c. s 12 fl. oz. serving size
2. Milk:
 - a. Cow's or goat's milk, and
 - b. 1% (unflavored), nonfat (flavored, unflavored), and
 - c. Contains Vitamins A & D, and
 - d. L 25% of the calcium Daily Value per 8 fl. oz., and
 - e. s 28 grams of total sugar per 8 fl. oz.
 - f. s 12 fl. oz. serving size
3. Non-dairy milk:
 - a. Nutritionally equivalent to milk (see 7 *CFR* 210.10(d)(3), 220.8(i)(3)), and
 - b. s 28 grams of total sugar per 8 fl. oz., and
 - c. 5 5 grams fat per 8 fl. oz.
 - d. 5 12 fl. oz. serving size
4. Water:
 - a. No added sweeteners
 - b. No serving size limit
5. Electrolyte Replacement Beverages (HIGH SCHOOLS ONLY)
 - a. Must be either s 5 calories/8 fl. oz. (no calorie)
OR 5 40 calories/8 fl. oz. (low calorie)
 - b. Water as first ingredient
 - c. s 16.8 grams added sweetener/8 fl. oz.
 - d. 10-150 mg sodium/8 fl. oz.
 - e. 10-90 mg potassium/8 fl. oz.
 - f. No added caffeine
 - g. s 20 fl. oz. serving size (no calorie)
OR s 12 fl. oz. serving size (low calorie)
6. Flavored Water (HIGH SCHOOLS ONLY)
 - a. Must be either 5 5 calories/8 fl. oz. (no calorie)
OR s 40 calories/8 fl. oz. (low calorie)
 - b. No added sweetener
 - c. No added caffeine
 - d. s 20 fl. oz. serving size (no calorie)
OR s 12 fl. oz. serving size (low calorie)

All beverages must be caffeine-free (trace amounts are allowable).

Smart Snacks in School

USDA's "All Foods Sold in Schools" Standards

USDA has established practical, science-based nutrition standards for snack foods and beverages sold to children at school during the school day. The standards allow schools to offer healthier snack foods to children, while limiting junk food.

The health of today's school environment continues to improve. Students across the country are now offered healthier school lunches with more fruits, vegetables and whole grains. The *Smart Snacks in School* standards build on those healthy advancements and ensure that kids are only offered tasty and nutritious foods during the school day.

Smart Snacks in School also supports efforts by school food service staff, school administrators, teachers, parents and the school community, all working hard to instill healthy habits in students.

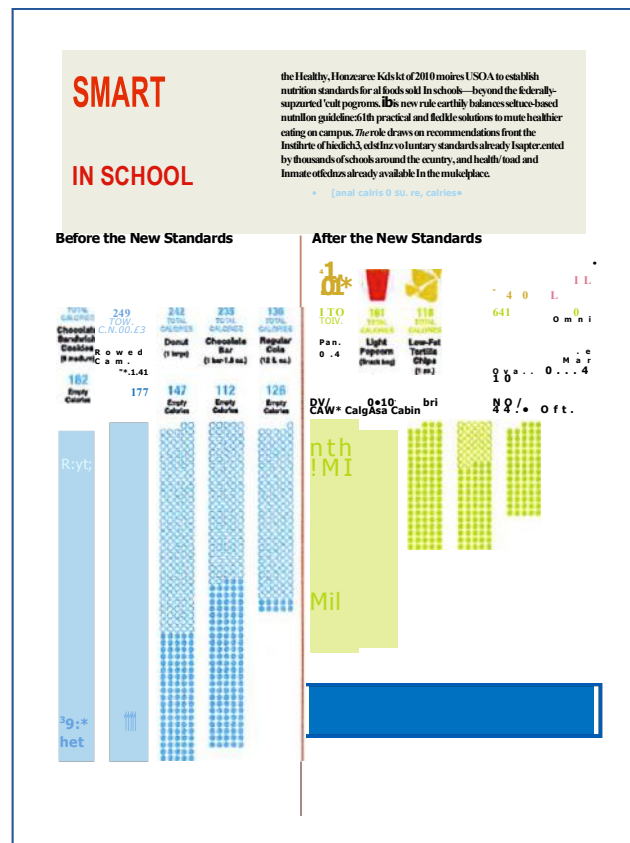
Nutrition Standards for Foods

Any food sold in schools must:

- Be a "whole grain-rich" grain product; or
- Have as the first ingredient a fruit, a vegetable, a dairy product, or a protein food; or
- Be a combination food that contains at least $\frac{1}{4}$ cup of fruit and/or vegetable; or

Foods must also meet several nutrient requirements:

- Calorie limits:
 - Snack items: 200 calories
 - Entrée items: 350 calories
- Sodium limits:
 - Snack items: 200 mg
 - Entrée items: 5_ 480 mg
- Fat limits:
 - Total fat: 35% of calories
 - Saturated fat: < 10% of calories
 - Trans fat: zero grams
- Sugar limit:
 - 5 35% of weight from total sugars in foods



Nutrition Standards for Beverages

All schools may sell:

- Plain water (with or without carbonation)
- Unflavored low fat milk
- Unflavored or flavored fat free milk and milk alternatives permitted by NSLP/SBP
- 100% fruit or vegetable juice and
- 100% fruit or vegetable juice diluted with water (with or without carbonation), and no added sweeteners.

Elementary schools may sell up to 8-ounce portions, while middle schools and high schools may sell up to 12-ounce portions of milk and juice. There is no portion size limit for plain water.

Beyond this, the standards allow additional "no calorie" and "lower calorie" beverage options for high school students.

- No more than 20-ounce portions of
- Calorie-free, flavored water (with or without carbonation); and
- Other flavored and/or carbonated beverages that are labeled to contain < 5 calories per 8 fluid ounces or 10 calories per 20 fluid ounces.
- No more than 12-ounce portions of
- Beverages with ≤ 40 calories per 8 fluid ounces, or 60 calories per 12 fluid ounces.

Other Requirements

Fundraisers

- The sale of food items that meet nutrition requirements at fundraisers are not limited in any way under the standards.
- The standards do not apply during non-school hours, on weekends and at off-campus fundraising events.
- The standards provide a special exemption for infrequent fundraisers that do not meet the nutrition standards. State agencies determine the frequency with which fundraising activities take place that allow the sale of food and beverage items that do not meet the nutrition standards.

Accompaniments

- Accompaniments such as cream cheese, salad dressing and butter must be included in the nutrient profile as part of the food item sold.
- This helps control the amount of calories, fat, sugar and sodium added to foods by accompaniments, which can be significant.



United States Department of Agriculture

USDA is an equal opportunity provider and employer.

California Food and Beverage Standards* - Quick Fact Sheet

MIDDLE, JUNIOR, AND HIGH SCHOOLS

ALLOWABLE SNACKS AND ENTREES (Applies during the school day and

SNACKS (Generally regarded as supplementing a meal)
Individually sold food items must meet the following:

- Not more than 250 calories
- Not more than 35% of total calories from fat
- Not more than 10% of total calories from saturated fat
- Not more than 35% of total weight from sugar (natural and added)

EXEMPT SNACKS: Nuts, nut butters (such as peanut butter), seeds (such as sunflower seeds), eggs, cheese packaged for individual sale, hulls and non-fried vegetables, and legumes that do not contain added sugars. All are exempt from the total fat limit; eggs and cheese are exempt from the saturated fat limit; and non-fried vegetables are exempt from the sugar limit. All must meet the limit of 250 calories or less.

NOTE: Food items for sale containing non-exempt foods or ingredients combined with exempt items shall comply with the restrictions for non-exempted foods (e.g. trail mix containing chocolate chips).

ENTREES (Generally regarded as the main food in a

Entrees shall:

- Contain no more than 400 calories per item
- Contain no more than 4 grams of fat per 100 calories (36% fat)

Entrees must contain:

- 2 or more of the following groups: meat/meat alternative, grain/bread, vegetable/fruit (e.g. turkey sandwich, baked potato with chili, fruit and cheese platter) or
- A meat/meat alternative alone (e.g. sausage patty, egg, chicken nuggets) excluding nuts, nut butters, seeds, cheese, and yogurt.

To determine if an individual snack or entree meets California's nutrition standards, check the Nutrition Facts label. Visit our on-line snack calculator at: www.cafn.org/Calculator, which allows you to input information from the Nutrition Facts label to determine if the food meets the standards.

ALLOWABLE BEVERAGES (Applies to all ages)

- The following may be sold:
 - Fruit and vegetable-based drinks that are composed of a 50% fruit or vegetable juice and have no added sweetener
 - 2%, 1%, nonfat milk (cow's or goat's), soy milk, rice milk or other similar nondairy milk alternative that contains Vitamin A, Vitamin D, and at least 25% of the Daily Value for calcium per 8 ounces, contains no added sweeteners exceeding 28 grams of total sugars per 8 ounces. Soy milk, rice milk, and other similar nondairy milk must contain no more than 5 grams of fat per 8 ounces.
 - Water with no added sweetener
 - Electrolyte replacement beverages that contain no more than 2-1 grams of added sweetener per 8 ounces. Not water as the first ingredient.

TRANS FAT IN FOODS (Applies to all ages)

Schools and districts may not make available to student enrolled in Kindergarten through grade 12 food containing artificial trans fat. This pertains to vending machines and school food service operations. A food is considered to contain artificial trans fat if it contains vegetable shortening, margarine, or any kind of partially hydrogenated vegetable oil, unless the

California's Food and Beverage Standards* -Quick Fact Sheet

ELEMENTARY SCHOOLS

ALLOWABLE FOODS: The food that can be sold to elementary students are full meals or snacks that meet specific calorie, fat, and sugar requirements and, daily or whole grain

EXEMPT FOODS

These foods can be sold and do not have to meet calorie and fat limits; however, they cannot have added sugars or fat (check the ingredients list to ensure):

- Nuts
- Nut butters (such as peanut butter)
- Seeds (such as sunflower seeds)
- Eggs
- Cheese packaged for individual sale
- Fruits and non-fried vegetables
- Legumes

NOTE: Food items for sale containing non-exempt foods or ingredients combined with the exempt items above must comply with the restrictions for non-exempted foods (e.g. trail mix containing chocolate chips).

À la carte entrees cannot be sold in Elementary Schools. Outside entities (e.g. PTA) may sell a 'full meal' provided it meets a USDA meal pattern.

To determine if an individual snack meets the standards, check the Nutrition Facts label and ingredient list. Visit our on-line snack calculator at: www.cafn.org/Calculator, which allows you to input information from the Nutrition Facts label to determine if a food meets the standards.

DAIRY & WHOLE GRAIN FOODS

Individually sold dairy or whole grain foods can be sold if they contain:

- Not more than 175 calories
- Not more than 35% of total calories from fat
- Not more than 10% of total calories from saturated fat
- Not more than 35% of total weight from sugar (natural and added)
- No artificial trans fat (see details below)

Dairy: A food made from milk with the exception of cheese packaged for individual sale.

Whole grain:

- For purchased grain or bread products:
 - > Label contains the statement 'Diets high in whole grain foods and low in total fat, saturated fat, and cholesterol may help reduce the risk of heart diseases and certain cancers, or'
 - > The first listed grain ingredient is a whole grain, or
 - > If the first listed ingredient is not identified as a whole grain, obtain documentation from the manufacturer within previous 12 months that lists a combination of whole grains that combined represent at least 51% of the weight of the total grains.
- For bread or grain products prepared by the school:
 - > The weight of the whole grains is at least 51% of the total grain weight of the product.

ALLOWABLE BEVERAGES (Applies to all ages)

- The only beverages that can be sold to elementary students are:
 - Fruit and vegetable-based drinks that are composed of at least 50% fruit or vegetable juice and have no added sweetener
 - 2%, 1%, nonfat milk (cow's or goat's), soy milk, rice milk or other similar nondairy milk that contains Vitamin A, Vitamin D, and at least 25% of the Daily Value for calcium per 8 ounces, contains no added sweeteners exceeding 28 grams of total sugars per 8 ounces. Soy milk, rice milk, and other similar nondairy milk must contain no more than 5 grams of fat per 8 ounces.
 - Water with no added sweetener
- manufacturer's documentation on the label lists trans fat content at less than 0.5 grams of trans fat per serving.

Based upon SB 12 and SB 665 enacted 2005. For more information on competitive food and beverages, see <http://www.cde.ca.gov/ft/fo/bn/ra/ga>

ARTIFICIAL TRANS FAT IN FOODS (Added 1 hour before school and 1 unit) 14 hour after school

¹Based upon 55 12 and 50955 enacted 2005, and SS 400 enacted 21:101. For more information on comparative food and beverages, see <http://plam.wrote.cagavgenultheromplfoodsasp>.

MIDDLE/JUNIOR HIGH SCHOOL—FOOD RESTRICTIONS
References: Education Code sections 49430, 49431.2, 49131.7, California Code of Regulations sections 15575, 15577, 15578

A middle/junior high contains grades 7 or 8, 7 to 9, 7 to 10. A high school contains any of grades 10 to 12. Effective during school hours up through one-half hour after school.

Applies to ALL foods sold to students by any entity. Compliant foods must meet the following criteria:

1. "Snack" food items must be:
 - a) 5 35% calories from fat, and
 - b) 5 10% calories from saturated fat, and
 - c) 5 35% sugar by weight, and
 - d) 5 250 calories per item/container
2. "Entrée" food items must be:
 - a) 5 400 calories, and
 - b) 5 4 grams fat per 100 calories, and
 - c) Must either consist of:
 - Two or more groups (meat/meat alternate, fruit/vegetable, grain/bread), or
 - A meal/meat alternate alone

Exemptions:

- Nuts, nut butters, seeds, eggs, cheese packaged for individual sale, fruit, non-fried vegetables, and legumes are exempt from the fat restriction,
- Eggs and cheese packaged for individual sale are exempt from the saturated fat restriction.
- Fruit and non-fried vegetables are exempt from the sugar restriction.
- Dried blueberries, cranberries, cherries, and tropical fruit that contain added sugar are exempt from the sugar restriction
- Mixed foods containing ONLY exempt items are exempt from all restrictions.
- Food items containing a mixture of exempt ingredients AND at least one non-exempt ingredient must meet the nutrition restrictions set for either snacks or entrees (see 1 & 2 above).

Artificial trans fat foods cannot be sold or provided to pupils on K — 12 school campuses.

NOTE: Non-compliant foods may be sold at a school-sponsored event that occurs directly after school.

MIDDLE/HIGH SCHOOLS—STUDENT ORGANIZATIONS
Reference: California Code of Regulations Section 15501

Effective during or after school hours.

Applies ONLY to food and beverage sales by student organizations

1. **No more than six (6) items of food or beverages from three (3) categories may be sold each day.**
2. **Food or beverage item(s) must be pre-approved by the Director of Nutrition Services.**
3. **Only one student organization may be allowed to sell each day.**
4. **No open foods or potentially hazardous foods can be sold on campus.**
5. **The food or beverage categories sold cannot be the same as the categories sold in the food service program at that school during the same school day.**
6. **Any and all student organizations may sell on the same four designated days per year.**

California Department of Education, Office of Nutrition Services

MIDDLE/HIGH SCHOOL — BEVERAGE RESTRICTIONS
References: Education Code Section 49437.5, California Code of Regulations Section 15576

A middle/junior high contains grades 7 or 8, 7 to 9, 7 to 10. A high school contains any of grades 10 to 12

Effective from one-half hour before to one-half hour after

School. Applies to ALL beverages sold to students by any entity. Compliant beverages are:

1. Fruit juice:
 - a) 5 50% juice **and**
 - b) No added sweeteners
2. Vegetable juice:
 - a) 5 50% juice **and**
 - b) No added sweeteners
3. Milk:
 - a) Cow's or goat's milk, and
 - b) 2%, 1%, nonfat, and
 - c) Contains Vitamins A & D, and
 - d) 5 25% of the calcium Daily Value, and
 - e) 5 28 grams of total sugar per 8 fl. oz.
 Non-dairy milk:
 - a) Contains Vitamins A & D, **and**
 - b) 5 25% of the calcium Daily Value, and
 - c) 5 28 grams of total sugar per 8 fl. oz., and
 - d) 5 5 grams fat per 8 fl. oz.
4. Water.
 - a) **No added sweeteners**
5. Electrolyte replacement beverage:
 - a) Water as first ingredient, and
 - b) 5 2.1 grams added sweetener per 1 fl. oz., and
 - c) At least 10 **but** no more than 150 milligrams of sodium per 8 fl. oz., and
 - d) At least 10 but no more than 90 milligrams of potassium per 8 fl. oz., **and**
 - e) **No added Caffeine**

NOTE: Noncompliant beverages **may be sold by any** entity starting one-half hour after school.

MIDDLE/HIGH SCHOOL —PROHIBITED FOODS/BEVS SOLD TO PUPILS (FMNV)

Reference: Code of Federal Regulations, Title 7, Section 210.11, Appendix B (Foods of Minimal Nutritional Value)

Effective during the meal period in any location on a school campus where the federally reimbursable meal may be served and/or eaten.

Applies to the following foods sold to students by any entity:

- Carbonated and Aerated water
- Water ices— except if made only with 100% juice
- Chewing gum
- Hard candies
- Jelly and gum candies
- Marshmallow candies
- Fondant
- Licorice
- Spun candy
- Candy coated popcorn

Recaudo de Fondos Saludables 101

¿Teniendo dificultades encontrando recaudaciones de fondos productivos que son saludables también? ¡Esto es un recurso para usted! Lea sobre las ideas que le ayudaran a ganar dinero para su escuela mientras promueve un estilo de vida saludable al mismo tiempo.

¿Por qué enfocarse en Recaudos de Fondos Saludables?

"Es importante que todas las comidas y bebidas vendidas en y por las escuelas hagan una contribución positiva a las dietas y la salud de los niños. Al ver las tasas de obesidad elevando y las malas dietas de los niños (solamente 2% de los niños comen una dieta saludable), ya no es aceptable vender comida chatarra a los niños a través de los recaudos de fondos. Los recaudos de fondos saludables entablan un ejemplo positivo y apoyan el comer saludable por los niños, la educación nutritiva, y los esfuerzos de los padres de alimentar a sus niños saludablemente."

-Centro para Ciencias en el Interés Público

Recaudos de fondos en las escuelas a menudo involucran la venta de comidas con mínimo valor nutritivo. Al animar a los estudiantes de vender cosas como barras de dulces y sodas, las escuelas contradicen las lecciones educativas enseñadas en el aula. Como un distrito, hay que enviar un mensaje a los estudiantes que nosotros nos importa la salud del estudiante y queremos dar mensajes saludables positivos, consistentes.

Distrito 6 Guías de la Póliza del Bienestar con Respeto a los Recaudos de Fondos

Distrito 6 quiere crear una cultura del bienestar, donde la opción saludable es una decisión para los estudiantes, empleados, y visitantes. En octubre de 2011, Distrito 6 actualizó la Póliza del Bienestar para incluir lo siguiente con respecto a los recaudos de fondos:

- Solamente recaudos de fondos que no incluyen comida tal como flores, papel para envolver regalos, eventos deportivos, y carreras de división familiar para todos los recaudos de fondos que ocurren durante el día escolar
- Los estudiantes tienen el acceso a los artículos de comida saludables para los recaudos de fondos afuera del día escolar. Mientras los recaudos de fondos de

comida son desanimados afuera del día escolar, ellos son permitidos; sin embargo, las comidas vendidas deben alcanzar las guías nutritivas que siguen:

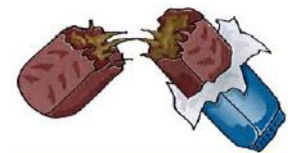
- No más de 30% de las calorías totales de los artículos de comidas, excluyendo los nueces o semillas, son de grasa
- No más de 10% del total de calorías de los artículos de comida, excluyendo los quesos con grasa reducidas, huevos, y mantequillas de nuez son de grasa saturada
- No más de 35 % del peso total de los artículos de comida, excluyendo frutas o verduras, es compuesto de azúcar

Recaudos de Fondos con Alimentos

Recaudos de fondos no saludables en las escuelas lo hace difícil de sostener un contexto saludable donde la opción saludable es una opción fácil. En adición, esta practica contradice la educación nutritiva en las escuelas y desautoriza los esfuerzos de los padres en promover la alimentación saludable para sus niños.

Es crítico que las comidas promocionadas a los estudiantes y promovidas a través de la escuela sean saludables y que esos mensajes sean consistentes con el bienestar. Sin embargo, muchas escuelas si utilizan recaudos no saludables como un medio de recaudar dinero. Algunos de estos recaudos de fondos que deben ser evitados deben incluir:

- Barras de dulces, paletas, masa de galletas, donas, pan dulce, y golosinas
- ventas de postres
- Pizza y kits para hacer pizzas
- Recaudos de fondos de restaurantes de comida rápida y heladerías



Recaudos de Comidas Saludables

Recaudos de fondos que involucren a los estudiantes vendiendo comida son desanimados, pero son permitidos, afuera de las horas escolares. Estos recaudos de fondos tienen que alcanzar las guías nutritivas de la Póliza del Bienestar. Recaudos de fondos pueden ser muy beneficiosos. Aun más, ellos enseñan a los estudiantes sobre la nutrición y como la salud es importante para la escuela. Algunos recaudos de fondos saludables y emocionantes incluyen:

- Botellas de agua- pueden agregarle el logo o mascota de la escuela! Aquí hay algunas páginas de internet que pueden ayudarle con esta oportunidad de recaudación! www.amandahills.com, www.plwc.net, www.championfundraising.com, y www.fundraising.com
- Frutas y verduras saludables, orgánicas y locales www.colorado.doortodoororganics.com
- Recaudos de fondos de mercados donde el que va apoyar compra suministros del mercado, utiliza la tarjetita, y el dinero es recaudado para la escuela



www.kroger.com/mykroger/gl/FundRaising.htm, y

<http://shop.safeway.conn/superstore/default.asp?brandid=1.&page=corphone>

- Ventas de fruta fresca y deshidratada

www.amandahills.com, www.plwc.net, www.championfundraising.com, y

www.fundraising.com

Recaudos de Fondos que no son Alimentos

¡¡Hay maravillosos recaudos de fondos que no involucran la venta de comida para nada!!! Muchos de estos recaudos pueden ayudar a su escuela a obtener aun más dinero que esperado. Aquí hay unas cuantas ideas:

- Vender papel para envolver regalos
- Ventas de revistas
- Vender flores para días festivos como el Día de las Madres o Día de San Valentín
- Tener un concurso de talento de los estudiantes o una feria de artesanía
- Tener una subasta o rifa con artículos donados
- Organizar un carnaval escolar
- Que las clases compiten en competencias de guerras de monedas de un centavo
- Bolsas, ropa, tazas, cuadernos y más con el arte de los estudiantes o logo de la escuela
- Publicar un libro de cocina con recetas saludables
- Utilizar el arte de los estudiantes para crear tarjetas de felicitación



Recaudos de fondos que promueven la actividad física

Cuando hay mejores recaudos de fondos los estudiantes se animan a ser activos. En adición a recaudar dinero, estos recaudos de fondos obtienen la participación de la familia y la participación de la comunidad y promueven el movimiento saludable. Aquí hay algunas ideas:

- Noche Familiar de Diversión con juegos y actividades
- Noche de boliche o maratón de boliche
- Bailes escolares
- Noche de patinar

Caminatas y Maratones

Hacer un maratón o caminata es sencillo. Todos los estudiantes en la escuela recibirán una forma de promesas de juramento y solicitar donaciones de tarifas fijas de los miembros de familia y amigos para caminar o correr pistas en el evento. El evento se llevará a cabo en una pista marcada alrededor de la

escuela, durante el día escolar. Los estudiantes típicamente salen a la pista por nivel de grado y caminan o corren por aproximadamente 30 minutos.

¿Cuáles son las ventajas?

- Todos los estudiantes activamente participan.
- ¡Son súper divertidos!
- Son exitosos, con las escuelas recaudando entre \$5000 a \$20,000. Si necesita ayuda organizando el evento y dinero donado para las playeras para los estudiantes. Para información de patrocinadores, contacte al club Healthy Kids al 970-495-7511.

Referencias:

Center for Science in the Public Interest. *Sweet Deals: School Fundraising Can Be Healthy and Profitable*. February 2007. Available at: www.cspinet.org/new/pdf/schoolfundraising.pdf. Accessed May 14, 2012.

Coalition for Activity and Nutrition to Defeat Obesity. School Wellness Resource Kit. Available at: www.candoonline.org/schools#resource-kit. Accessed May 14, 2012.

Colorado Springs School District 11. *Fundraising Ideas for a Healthier School Environment*. March 2012. Available at: www.D11.org/FNS/Pages/D11GoodFoodProject.aspx. Accessed May 14, 2012.

Materials Request Form

Free Nutrition Education Programs

Each kit includes: Teacher Guide, Student Workbooks, Supportive Materials

Student
Resources

Kindergarten

Building A Healthy Me!

Students will learn about food groups, the importance of breakfast, healthy snacks and mixed foods.

Reid

Building A Healthy Meal



4th or 5th Grade

Nutrition Pathfinder's

Students will learn about main nutrients and their health benefits, analyze food advertisements and set goals. Individual programs for each grade level.

1st or 2nd Grade

Healthy Choices, Healthy Me!

Students will learn how to balance a meal and meet physical activity requirements. Individual programs for each grade level.



EXERCISE 9 1UR

Pr. . n

Middle School

Exercise Your Options

Students will learn to consider their options, develop realistic plans and identify roadblocks to improve their daily food and activity choices.

3rd Grade

Shaping Up My Choices

Students will learn about main nutrients, how to read a food label and ways to measure proper portion sizes.



High School

Activity + Eating
Raisin El

Students will learn the essential connections between being physically active, making healthful food choices and maintaining long-term health.

At Dairy Council of California, we believe that students should be educated and empowered to make the best food choices from all five food groups. Plus, we know that healthy eating helps students perform better in school and contributes to life-long health.

All programs are aligned with Common Core State Standards in Math and English-Language Arts, California content standards in Health Education and Physical Education and Nutrition Competencies for California Public Schools.

First and Last Name:		
School Name:		
District:		
Grade Level:		
Phone: ()		
Subject (Middle and High School Only):		
# of Student Workbooks:	English	Spanish

First and Last Name	Grade <i>it</i> of Student Workbooks

Place your order today! Mail this form to:
Dairy Council of California
1418 N. Market Blvd., Suite 500
Sacramento, CA 95834
or fax to: 888.540.9890

DAIRY COUNCIL
of CALIFORNIA
Healthy Eating Made Easier*

Please see reverse side for additional materials to implement comprehensive nutrition education. For more information about Dairy Council of California's nutrition education programs, visit HealthyEating.org.

Materials Request Form

Free Nutrition Education Booklets

Adult + Parent
Resources

Activity + Eating A Healthier You

This eight-page booklet provides adults with action steps to make balanced food choices and add physical activity to their daily routines.



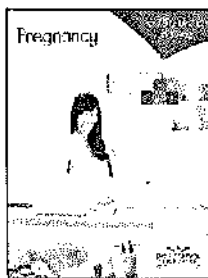
Calcium Connection Healthy Bodies, Healthy Bones

This 10-page booklet is designed for women and men, boys and girls—from adolescents to older adults. It contains action steps to boost calcium and vitamin D in the diet.



Pregnancy Healthy Moms and Babies

This eight-page booklet provides pregnant and breast-feeding women with helpful information about nutrition. It includes recommendations on healthy weight gain, physical activity, breast-feeding and postpartum nutrition.



Making Meals Matter Healthy Eating for Your Young Child

(Tips to feed ages 2 to 5)

This eight-page booklet provides parents of preschoolers with action steps to offer balanced food choices to their young children. It includes information on how much kids need to eat for healthy growth and development.



Making Meals Matter Healthy Eating for Your School-Age Child

(Tips to feed ages 6-12 year olds)

This eight-page booklet equips parents of school-age children with practical tips for teaching healthy eating and physical activity habits that will last a lifetime.

Each of these self-instructional booklets incorporates a behavior change model and reinforces making small, tangible steps to a healthier lifestyle.

Name: _____
Title: _____
Organization: _____
Business Address: _____
(No P.O. Box)
City: _____ State: _____ Zip: _____
Phone: () _____ Fax: () _____
Email: _____

Free Materials

PLEASE REQUEST NUMBER OF BOOKLETS FOR A SIX-MONTH PERIOD.
MINIMUM ORDER FOR EACH IS 50 BOOKLETS.

Activity + Eating: = _____ English Spanish

Calcium Connection: English _____ Spanish _____

Meals Matter—English _____ Spanish _____

School-Age Child: English _____ Spanish _____

Meals Matter—English _____ Spanish _____

Young Child: English _____ Spanish _____

Pregnancy: English _____ Spanish _____

Place your order today! Mail this form to:
Dairy Council of California
1418 N. Market Blvd., Suite 500
Sacramento, CA 95834
or fax to: 888340.9990

1418 N. Market Blvd., Suite 500
DAIRY COUNCIL
of CALIFORNIA
Healthy Eating Made Easier

Please see reverse side for additional materials to implement comprehensive nutrition education. For more information about Dairy Council of California's nutrition education programs, visit HealthyEating.org.