



Una buena nutrición y aprendizaje van de la mano. El Departamento de Servicios de Nutrición está compuesto por un equipo de profesionales nutricionales que se dedican a la salud, el bienestar y capacidad de aprender de los estudiantes. Apoyamos el aprendizaje promoviendo hábitos saludables para buena condición física de por vida.

Los alimentos escolares proporcionados cumplen con los requisitos estatales y federales que se basan en las Pautas Alimentarias del USDA. También modelamos porciones adecuadas.

- ¡Utilice nuestro Registro de Alimentos y Ejercicios para asegurarse de que su hijo está cumpliendo con sus requisitos diarios necesarios!
- Visite www.eatsmart2besmart.org/nutrition-lessons para actividades de enriquecimiento.
- Visite <https://www.fns.usda.gov/tn/digital-nutrition-resources-kids> para Recursos de Nutrición Digital para Niños.

A promotional graphic with a yellow background and a purple footer. At the top left is a green star with a purple outline. The main text reads 'LOOKING FOR ADDITIONAL ENRICHMENT ACTIVITIES?' in large, bold, green and red letters. Below this is a QR code with a green arrow pointing to it and the text 'Scan here or visit' in a cursive font. To the right of the QR code is an illustration of a child sitting on a stack of books, reading a laptop. Further right is the text 'Check out our library of Nutrition Education featuring lessons on: Language Arts, Math, Science, Gardening, Health'. At the bottom right is the 'Eat Smart 2 Be Smart' logo with the website address 'www.eatsmart2besmart.org'. The footer contains the website address 'WWW.EATSMART2BESMART.ORG/NUTRITION-LESSONS' in bold, red, uppercase letters.

Registro de Alimentos y Ejercicio



Comida		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
Desayuno	Carne							
	Fruta							
	Verduras							
	Lácteos							
	Granos							
Almuerzo	Carne							
	Fruta							
	Verduras							
	Lácteos							
	Granos							
Cena	Carne							
	Fruta							
	Verduras							
	Lácteos							
	Granos							
Aperitivos								
Agua		□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□
		□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□	□□□□
Ejercicio		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sabado	Domingo
Cardio	¿Qué tipo de							
Fuerza	¿Qué tipo de							
Hora: Min/día								