

Estimados Padres y Apoderados:

Junto con saludarlos, les adjuntamos la minuta de colaciones, la cual considera una serie de alimentos que buscan crear un hábito saludable en nuestros niños(as), disminuir el consumo excesivo de carbohidratos y aportar con los nutrientes necesarios para su buen desarrollo y crecimiento.

Es de suma importancia que la pauta de esta minuta, creada con el apoyo del Programa “Demos vuelta a la manzana” que promueve la alimentación saludable, sea respetada, ya que de esta manera podremos transmitirles a nuestros estudiantes la conciencia e importancia de alimentarse correctamente desde pequeños y así evitar futuras enfermedades crónicas.

Asimismo, recomendamos no enviar alimentos de bajo aporte nutricional o alto en grasas y azúcares, como son las papas fritas, dulces, chocolates, pasteles, galletas con rellenos y con chips de chocolates, bebidas gaseosas y jugos azucarados.

En los casos de alergias alimentarias, informar a la Tía Educadora.

Es de suma importancia recalcar que las frutas deben venir picadas y en un recipiente hermético, tenedor o cuchara plástica.

**MINUTA EDUCACIÓN PARVULARIA**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<p>Enviar <b>Fruta pelada y picada, para no manipular.</b> (A excepción del plátano, no enviar fruta entera)</p> 	<p>Pan saludable (con tomate, huevo, palta, lechuga, etc...)</p>  <p><b>SANDWICH</b></p>	<p>Lácteos descremados (yogur, leche, postre de leche.y/o queso) ó Cereales sanos (barras)</p> 	<p>Barra de cereal nutritiva</p> 	<p>-Huevo duro - yogur c/cereal o ensalada de frutas</p> 

Esperando su comprensión y colaboración en esta saludable iniciativa, le saluda cordialmente,

LA DIRECCIÓN Y U.T.P.

Escuela de Lenguaje Kewen

Valparaíso, marzo 2024.