



Estimadas familias,

Como sabéis, nuestro centro lleva participando muchos años en el Plan **Creciendo en Salud**. La actual emergencia epidemiológica por **Covid-19** demanda tomar medidas de salud y a que la población tenga una alimentación bien equilibrada que contribuya a fortalecer el sistema inmunológico.

El consumo de frutas, verduras y de leche es fundamental. Nuestro centro se encuentra entre los centros beneficiarios del Plan Escolar de Consumo de Leche y Otros Productos Lácteos, que se desarrolla dentro del Plan Creciendo en Salud.

La **leche** es un alimento básico que aporta proteínas, vitaminas y minerales, como el calcio, que juegan un papel fundamental para hacer frente al Covid-19 y otras infecciones, mejorando nuestra salud y fortaleciendo nuestros huesos.

Por este motivo, cada centro escolar participante recibirá 3 entregas, correspondiente al consumo de todo el alumnado para 12 días, es decir, en cada entrega cuatro raciones de leche por alumno/a. Cada ración se compondrá de 200 ml de leche entera tratada térmicamente UHT. Una parte de la leche entregada será sin lactosa.

La leche se suministra en envases de botellas pet de 1,5 litros de leche entera tratada térmicamente UHT.

Asimismo, ya se han iniciado las entregas de fruta y verdura que podréis consultar en la web del centro.

Por ello, solicitamos al alumnado participante **un recipiente o botella con tapón reciclable para el consumo individual de la leche y un recipiente o tupper para la ingesta de fruta y verdura.**

Aprovechamos la ocasión para recordaros la importancia de un buen desayuno en casa, un buen descanso de 8 a 10 horas de sueño, así como la recomendación de ir al colegio caminando en la medida de lo posible.

Agradecemos de antemano vuestra colaboración.