



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 **870** 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, **a partir del 29 de septiembre**, todo nuestro alumnado recibirá **siete raciones** de **200 ml** de leche entera tratada térmicamente UHT (el **20%** de la misma **sin lactosa**), suministrada en envases de Tetra Brik sin aluminio de 1 litro.

Asimismo, durante los **días 24, 25 y 28 de septiembre**, recibirán la última entrega de **fruta y verdura** que no se pudo distribuir por el repentino confinamiento. Se consumirá: manzana, mandarina ecológica, tomate cherry y gazpacho ecológico sin gluten.

Por ello, solicitamos al alumnado participante **un recipiente 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.