



MENÚ DEL PROGRAMA DE FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS

MERIENDAS SALUDABLES PARA ESTUDIANTES

Este ciclo escolar el USDA ha otorgado fondos a la escuela primaria de su hijo para el Programa de Frutas y Verduras Frescas (FFVP). Servicios de Nutrición de HISD, está entusiasmado de apoyar a los estudiantes ofreciéndoles una variedad de bocadillos de frutas y verduras frescas y enseñándoles sobre la nutrición para mejorar su salud ahora y en el futuro. FFVP anima a los estudiantes a comer más frutas y verduras, incluyendo algunas que quizás no hayan probado antes.

¡Aquí le damos información sobre los sabrosos bocadillos que se servirán dos veces por semana en la escuela de su hijo!

BAYAS

Las bayas frescas son una de las frutas favoritas por sus sabores dulces e intensos y sus ricos antioxidantes.

- Moras
- Arándanos
- Fresas



TROPICAL

Frutas exóticas con sabores fuertes, perfectas para deleitar los paladares de los estudiantes.

- Rodajas de kiwi
- Rodajas de mango
- Trozos de piña



DEL HUERTO

Crocantes, crujientes y refrescantes, estas verduras son ideales para aumentar la energía al mediodía.

- Mini zanahorias
- Palitos de apio
- Pepino Inglés



CLÁSICOS

Frutas clásicas que nunca pasan de moda, amadas por niños de todas las edades

- Rodajas de manzana
- Mandarinas
- Rodajas de naranja



DE RACIMOS

Frescos e hidratantes, los melones son una delicia sabrosa llena de vitaminas.

- Melón cantalupo
- Melón dulce
- Gajos de sandía



En HISD, no solo nos dedicamos a alimentar a los estudiantes, sino también a enseñarles la importancia de una alimentación saludable. Los estudiantes probarán y aprenderán sobre una variedad de frutas y verduras durante el ciclo escolar. Estos bocadillos de frutas y verduras proporcionan vitaminas, minerales y energía esenciales para ayudar a los estudiantes a tener éxito tanto en el aula como fuera de ella.

Lea más sobre este programa en: <https://houstonisd.org/ffvp>