



Estimadas familias:

Con motivo de la participación de nuestro Centro en el programa "**Creciendo en salud**" y dada la importancia de que nuestros alumnos/as desayunen de forma sana y equilibrada, la Dirección del Centro os propone la participación en la actividad "**Desayuno Saludable**".

Con el desarrollo de la misma, se pretende que nuestro alumnado adquiriera hábitos alimentarios saludables y favorecer que se mantengan a largo plazo.

Entre los objetivos de este programa se encuentran los siguientes:

1. Descubrir la importancia de un buen desayuno para un mejor rendimiento intelectual y físico del niño/a en la jornada escolar.
2. Conocer los alimentos sanos en los que se debe basar un desayuno sano.
3. Fomentar este hábito para una alimentación equilibrada.

**El almuerzo saludable tiene un carácter orientativo y libre. Pero, con un pequeño esfuerzo, podemos conseguir una dieta sana para nuestro alumnado e hijos/as.**

Con la intención de orientaros y de que todos los alumnos/as del Centro realicen el mismo desayuno, adjuntamos el modelo de desayuno que seguiremos a lo largo del presente curso académico.

Sin otro particular y agradeciendo de antemano vuestra participación y colaboración, reciban un cordial saludo.

La coordinadora del Programa "Creciendo en Salud" y la Dirección.