



¡Bienvenidos al programa de Educación de Nutrición Cy-Fair Garden Fresh 2017-2018!

Mediante nuestra asociación con *Ready to Grow Gardens*, hemos elaborado un calendario de cosechas que coincide con nuestro menú de almuerzos escolares para los viernes: *Cy-Fair Garden Fresh Fridays*.

Nuestra meta es aumentar la variedad y el consumo de frutas y verduras por medio de un enfoque multifacético de educación de nutrición.

1. Plan de lecciones sobre la Salud y Educación Física (PE)

En el menú, bajo el título, "*Monthly Harvest*" hay un enlace a las lecciones sobre la salud y la educación física desarrolladas por nuestros dietistas y pasantes de dietistas que van a estar disponibles bajo el título "*Monthly Harvest*" en el menú de selecciones.

2. Coordinación entre lo que se planta/crece/cosecha en las huertas escolares y el artículo (fruta/verdura) de *Cy-Fair Garden Fresh*.

Todas las huertas escolares administradas mediante *Ready to Grow gardens* tendrán todos sus artículos CFGF mediante su asociación.

3. Comunicaciones del Departamento de Servicios de Nutrición

- En la cafetería habrá volantes identificando el artículo (fruta o verdura) de *Cy-Fair Garden Fresh* servido el primer viernes de cada mes.
- En la cafetería se colocarán también afiches con información sobre la nutrición de las frutas y las verduras. En el sitio web del distrito se publicarán los boletines *Garden Fresh Newsletters*.
- Todos los meses se promoverá una nueva receta, consejos de jardinería e información de nutrición. También habrá disponible artículo y anuncios para usar en el boletín y en los anuncios escolares.

¿Busca otras lecciones sobre la nutrición? Revise la aplicación *Teach Healthier App* de *It's Time Texas*.

<https://itstimetexas.org/teachhealthier/>