



ACTUALIZACIÓN SOBRE EL DESAYUNO Y EL ALMUERZO ESCOLAR



El Distrito Escolar De Smet es parte del Grupo de Servicios Compartidos Dakota 4, que incluye las siguientes escuelas: De Smet, Iroquois, Marion y Viborg-Hurley. Este grupo permite que nuestras escuelas trabajen en cooperación para brindar comidas de calidad a nuestros estudiantes. El grupo es facilitado por Ed Assist, LLC y el Distrito Escolar Brandon Valley para brindar acceso a un dietista registrado, asistencia con la planificación del menú, poder adquisitivo y oportunidades de capacitación para el personal.

¡Las comidas escolares son saludables! Para recibir reembolsos federales del USDA por cada comida que sirven, los programas de comidas escolares deben ofrecer comidas “reembolsables” que cumplan con estrictos estándares federales de nutrición, alineados con las Pautas Dietéticas para los Estadounidenses. Estos estándares, también conocidos como “el patrón de comidas”, requieren que las escuelas ofrezcan a los estudiantes el equilibrio adecuado de frutas, verduras, leche descremada o baja en grasas, cereales integrales y proteínas magras. Este programa hace que las comidas escolares sean asequibles para las familias.

La escuela De Smet mantiene su compromiso de brindar comidas escolares saludables y asequibles para todos. Se proporcionan comidas escolares para que los estudiantes puedan pasar la jornada escolar. Si su hijo participa en actividades extraescolares, envíele un refrigerio después de la escuela. Se anima a los padres a acompañar a su hijo a almorzar, solo tiene que llamar con anticipación y avisarnos que va a comer.

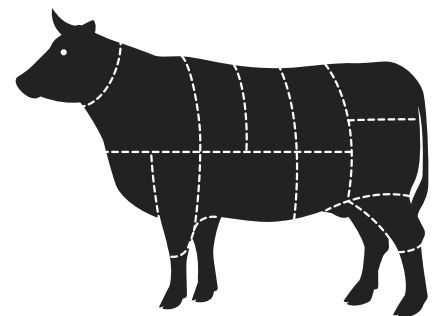


**¡BAR DE JARDÍN
ILIMITADO!**

¡Sin costo adicional con
la compra de un
almuerzo!



¡Gracias a los generosos donantes, el Distrito Escolar De Smet sirve CARNE DE RES LOCAL con sus comidas escolares!



PRECIOS DE COMIDA

Desayuno: K-5 \$1,45, 6-12 \$1,60, precio reducido \$0,30, adulto/invitado \$2,60

Almuerzo: K-5 \$3.20, 6-12 \$3.45, precio reducido \$0.40, adulto/invitado \$5.00

A la Carte: Second Entrees: \$1.35, Extra Milk/Juice; \$0.40

**¡AHORA ACEPTAMOS PAGOS EN
LÍNEA PARA COMIDAS
ESCOLARES A TRAVÉS DEL SITIO
WEB O LA APLICACIÓN DEL
PORTAL PARA PADRES DE
INFINITE CAMPUS!**

OFRECER VS. SERVIR

¿QUÉ SIGNIFICA? Los estudiantes pueden elegir alimentos de cinco categorías: verduras, frutas, cereales, leche/alternativa a la leche y carne/alternativa a la carne. Tenga en cuenta que algunos platos principales cuentan como dos artículos. Los estudiantes deben consumir al menos una porción (1/2 taza) de fruta O una verdura para completar una comida requerida por el USDA en el desayuno y el almuerzo.**

DESAYUNO

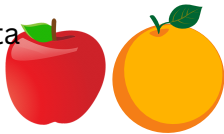
LOS ESTUDIANTES DEBEN ELEGIR 3 O 4 ARTÍCULOS PARA HACER UN DESAYUNO

REEMBOLSABLE.



Debe tomar UNO o DOS artículos de grano (dependiendo del tamaño del artículo)

Puede tomar hasta DOS opciones de media taza de fruta**



Puede tomar una taza de leche (8 oz)

ALMUERZO

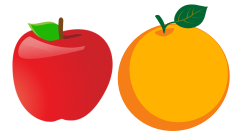
LOS ESTUDIANTES DEBEN ELEGIR 3, 4 O 5 ARTÍCULOS PARA HACER UN ALMUERZO REEMBOLSABLE.

Puede tomar UN artículo de grano de 2 oz (la mayoría de los platos principales son de 2 oz)



Puede tomar hasta UN artículo de proteína de 2 oz (la mayoría de los artículos principales son de 2 oz)

Puede tomar hasta DOS opciones de media taza de fruta**



Puede tomar hasta DOS opciones de verduras de media taza**

Puede tomar una taza de leche (8 oz)



OPCIONES A LA CARTA

Los estudiantes pueden elegir entre una selección de platos a la carta, incluidos los “segundos platos”. Estos alimentos se ofrecen además del desayuno y el almuerzo escolares completos y se cobran por separado del precio del desayuno y el almuerzo. Los estudiantes que traen el almuerzo de casa pueden comprar leche.

Padres, por favor hablen con sus hijos sobre si les permitirán llevar los artículos a la carta. La decisión de permitirles llevar los artículos a la carta es una decisión familiar. Los estudiantes deben tener un saldo positivo en su cuenta de comidas para poder comprar artículos a la carta.

Los artículos a la carta se analizan en cuanto a calorías, grasas totales, grasas saturadas, grasas trans, sodio, azúcar y tamaño de las porciones. ¡Próximamente habrá más opciones a la carta!



¡GRACIAS ESPECIALES A NUESTROS COCINEROS!
Samone, Nita, Ralene y Teresa