

HAPPY BIRTHDAY

District Policy 246-AR-4 and the District's Wellness Committee have been discussing ways in which parents/guardians can have a positive effect on our children's nutrition and eating habits while they are in school. While we appreciate your wish to recognize your child's birthday by sending treats to school, please be aware of the following guidelines in regards to birthday celebrations:

- Treats will be limited to foods permitted by the district due to student health issues and allergies.
- Treats are to be lower in fat and sugar, or a nonfood item. Some suggestions are:
 - Apples, carrots, bananas, or muffins (**No cupcakes, please**)
 - Cut-up fruit and veggies with low-fat dressing or yogurt dip
 - Soft pretzels
 - Baked corn chips and potato chips with salsa and low-fat dips
 - Flavored yogurt and fruit parfaits
 - Bagels with low-fat cream cheese
 - Beverages are to be water bottles or 100% fruit juice pouches

Non Food item suggestions:

- Pencils, erasers, notebooks, bookmarkers, or small toys
 - Donate a book to the school library (a book plate will be placed inside the book)
-
- Treats are to be store bought and must have an accessible ingredient label available.
 - Treats will be served after the lunch period or at the end of the day, when possible. · Birthdays will be acknowledged, but instruction will continue.



La Política del Distrito 246-AR-4 y el Comité de Bienestar del Distrito han estado conversando sobre las formas en las que los padres/tutores pueden tener un efecto positivo en la nutrición y hábitos alimenticios de nuestros niños mientras están en la escuela. Si bien apreciamos su deseo de celebrar el cumpleaños de su hijo enviando golosinas a la escuela, por favor tenga en cuenta las siguientes pautas con respecto a las celebraciones de cumpleaños:

- Las golosinas se limitarán a los alimentos permitidos por el distrito debido a problemas de salud y alergias de los estudiantes.
- Las golosinas deben ser sin grasa, o bajas en grasa y azúcar. Algunas sugerencias son:
 - Manzanas, zanahorias, bananas o muffins **(No "cupcakes", por favor)**
 - Frutas y verduras cortadas con aderezo bajo en grasa o salsa de yogur
 - "Pretzels" suaves
 - "Chips" de maíz/papa horneados con salsa y aderezo bajos en grasa
 - "Parfaits" de frutas y yogur de sabores
 - "Bagels" con queso crema bajo en grasa
- Bebidas: botellas de agua o bolsas de jugo de fruta 100% natural

Sugerencias de artículos no comestibles:

- Lápices, gomas de borrar, cuadernos, marcadores o juguetes pequeños
- Done un libro a la biblioteca de la escuela (se colocará una etiqueta dentro del libro).
- Las golosinas deben comprarse en la tienda y deben tener una etiqueta de los ingredientes disponible
- Las golosinas se servirán después del almuerzo o al final del día, cuando sea posible. Se reconocerán los cumpleaños, pero la instrucción continuará.