

Ofício Circ. nº 04/19

Santo Antônio de Jesus - Bahia, 15 de Fevereiro de 2018

Senhores Pais,

A escola é um espaço educativo e formador, além de alfabetizar e repassar informações, ela também tem como objetivo formar cidadãos capazes de viver nesta sociedade repleta de novas tecnologias e consumismo exagerado. Então, uma das metas a serem atingidas pela escola é a formação de valores e hábitos e, entre eles, está a alimentação.

Uma boa nutrição é condição fundamental para o bem-estar, a saúde e para a manutenção do crescimento nas crianças.



Nos lanches preparados para levar à escola, é importante incluir alimentos que contenham carboidratos (pães, biscoitos, cereais), suco de frutas ou frutas (escolha sempre sucos e frutas da preferência da criança) e um alimento lácteo (achocolatado, iogurte e queijo que podem ser acrescentados aos sanduíches). A

aquisição de uma lancheira térmica é importante para que esses alimentos não estraguem e causem uma possível diarreia.

Deve-se ter um cuidado na higiene e preparação desses lanches, como também em toda refeição destinada à criança.

O perigo de exagerar no consumo de guloseimas, alimentos industrializados, refrigerantes e alimentos gordurosos, consistem no aumento das doenças crônicas não transmissíveis (obesidade infantil, diabetes e hipertensão arterial).

É importante que se iniciem hábitos alimentares corretos desde a infância. Por isso e para maior integração, socialização e uma boa nutrição das nossas crianças, estaremos realizando, todas as semanas, o **lanche coletivo com frutas** (a criança traz a fruta que desejar para repartir com os colegas) e o **lanche coletivo diverso** (a criança traz o lanche saudável para repartir com os colegas).

Algumas frutas já devem ser descascadas e cortadas em pedaços em casa, isso facilitará o trabalho na sala de aula.

Fiquem atentos ao dia que sua criança trará o lanche coletivo com frutas.

TURMAS	DIAS	LANCHE
G1 – Maternal	Segunda-feira	Frutas
G2 e G3	Terça-feira	Frutas
Todos	Sexta-feira	Coletivo diverso



OBSERVAÇÃO:

Esse momento é de grande importância para nossas crianças. Não deixem sua criança fora.

Não se esqueçam!

Atenciosamente

Juciânia Mercês Dunningham Pinho
 Juciânia Mercês Dunningham Pinho
 Coordenação Pedagógica