

Ofício Circ. nº 03/2020

Santo Antônio de Jesus – Bahia, 13 de Fevereiro de 2020

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 em 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, iogurtes e queijos 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, 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), nos dias indicados abaixo e, **nas sextas-feiras**, 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.

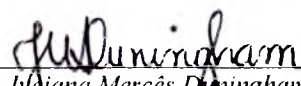
| TURMAS | DIAS |
|----------------|---------------|
| G1 – Maternal | Segunda-feira |
| G2 – Infantil | Terça-feira |
| G3 – Prontidão | Quarta-feira |

**OBSERVAÇÃO:**

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

Não se esqueçam!

Atenciosamente

Juliana Mercês Dunningham Pinho
Coordenação Pedagógica