



## Estimados padres de las Escuelas de la Ciudad de Klamath Falls:

El Departamento de *USDA* continua con los requisitos requeridos para los alimentos en las escuelas los cuales comenzaron a ser vigentes en el año lectivo 2012-2013; esto significa que todos los alumnos de las **Escuelas de la Ciudad de Klamath Falls** continuarán con los requisitos para alimentos que se sirven en las escuelas durante este año escolar. Los Servicios Chartwells de Comida Escolar están a cargo del departamento alimenticio en las escuelas de la ciudad de Klamath Falls y han tomados pasos para incorporar varias iniciativas positivas que continuarán siendo implementadas en los nuevos requisitos para los alimentos.

Le queremos dar una vista general de lo que su hijo/a notará en los comedores de las **Escuelas de la Ciudad de Klamath Falls**.

### Aumento constante de frutas y verduras

Ofreceremos una variedad más grande de verduras ricas en nutrientes, incluyendo verduras verdes oscuras, naranjas, ricas en féculas y legumbres. Para que se considere una comida completa, se les requerirá a los alumnos servirse media taza de frutas o verduras durante el desayuno y el almuerzo. Las frutas y verduras de colores proveen vitaminas y minerales esenciales que son importantes para el crecimiento y el desarrollo durante la niñez.

### Granos y proteínas permitidos

Los menús incluirán determinadas cantidades de granos integrales y proteínas. La finalidad de esto es para asegurarnos que los estudiantes estén recibiendo alimentos apropiados para la edad y adecuadamente nutritivos los cuales dan la cantidad correcta de energía usando fuentes alimenticias saludables. Ya ofrecemos una variedad de granos integrales en nuestros menús a través de masas para piza hechas con granos integrales, bollos de pan, panecillos (magdalenas), panqueques, *waffles* y cereales.

### Bajo en sodio

Ya hemos identificados varios productos de consumo y continuaremos trabajando con fabricantes de alimentos para reducir el grado de sodio en las comidas ingeridas. Los cocineros (*chefs*) de *Chartwells* y dietistas registrados han trabajado juntos para modificar y desarrollar de forma creativa nuevas recetas usando condimentos sin sal, hierbas y comidas de sabor fresco.

### Bajas grasas

Las grasas no saludables, como las hidrogenadas y las saturadas, pueden conllevar a enfermedades del corazón y otras crónicas. Usaremos únicamente ingredientes y productos alimenticios que no contengan nada de grasas hidrogenadas en las porciones.

### Menús de acuerdo a la edad

Continuaremos logrando nuevos grupos por grado en la planificación de menú para asegurarnos que los alumnos reciban porciones y nutrientes apropiados para la edad. Se continuará con la implementación de los nuevos requisitos de calorías para así equipararse con esos nuevos grupos establecidos por grado.

### Aumento del precio de las comidas para el año lectivo 2015-2016 SY

Estos nuevos requisitos de las comidas en las escuelas incorporan muchos cambios los cuales directamente impactarán los precios de nuestras comidas. Hemos visto un dramático aumento en el costo de los alimentos y continuaremos viéndolos a través de los años debido a la constante implementación de nuevos requisitos legislativos en las comidas escolares. El grupo de liderazgo de **KFCS** determina los precios de las comidas. Los desayunos en los salones de clases (*BIC*) son gratis para todos los alumnos. La escuela primaria Roosevelt y la secundaria Klamath Union no son parte del programa *BIC* debido al porcentaje de alumnos con comidas gratis y a precio reducido; a ellos se les cobrará los desayunos y almuerzos. Las escuelas primarias Conger, Mills y Pelican son parte del programa *CEP* (Programa de Elegibilidad de la Comunidad-*Community Eligibility Program*) en el cual todos los desayunos y almuerzos son gratis para el alumnado completo.

### Precio completo de las comidas para el año lectivo 2015 - 2016

<b>\$1.35</b> Desayuno-primaria o ( <i>BIC</i> )	<b>\$0.00</b> Desayuno-Jr. High ( <i>BIC</i> )	<b>\$1.60</b> Desayuno-secundaria
<b>\$2.20</b> Almuerzo-primaria	<b>\$2.65</b> Almuerzo-Jr. High	<b>\$2.95</b> Almuerzo-KUHS
		<b>\$.00</b> Alm. reducido-todas las esc.

Ambos, *Chartwells* y las **Escuelas de la Ciudad de Klamath Falls**, están dedicados a ofrecer comidas nutritivas de calidad las cuales los alumnos disfrutarán y optarán por comer. Esperamos que Ud. aliente a su hijo/a a probar nuevas frutas y verduras y quizás Ud. mismo pueda unirse a nosotros para compartir una comida y ver los cambios. Si tiene preguntas o comentarios, siéntase cómodo en llamarnos al **541-883-4758** o comunicarse por correo a la dirección electrónica **colek@kfalls.k12.or.us**.