

Spring 2018

Food and Nutrition Services (FNS) has developed quarterly Energy Zone articles that schools are welcome to use in your monthly parent newsletters. Below is an article for your Spring 2018 newsletter.

While Northern Virginia is still grasping the idea of Spring this year, this season always brings excitement for Food and Nutrition Services. We often get asked the question, “how do you decide what goes on the breakfast/lunch menu?” All items that go on the school nutrition menu must be “student-approved.” We use this time of year to receive student feedback for the next school year. Our nutritionist has been feverishly visiting schools across the county for our “student-approved” menu. We have tested items such as Korean beef, falafel, and breakfast sandwiches.

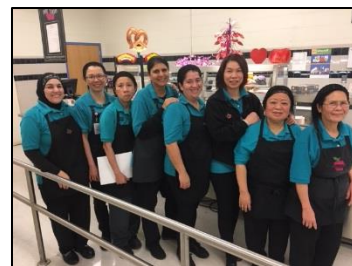
In addition to student taste and preference, we have meal pattern requirements and financial considerations that must be met. Our hope is that as our program continues to grow we can offer students more of what they like while upholding our commitment to fresh and local.

There are many school-based events to celebrate this Spring as well. The [Action for Healthy Kids](#) “Every Kid Healthy Week,” (April 23-27) coincides with [Earth Day](#) on April 22. Schools are encouraged to celebrate by hosting a family fitness night, health fair or plant a school garden. There are also numerous resources available on the USDA Team Nutrition website.



Fruits and Veggies More Matters gives suggestions on “5 Fruits and Veggies Kids Can Easily Grow”:

1. Tomatoes (seeds packets)
2. Cucumbers (seeds packets)
3. Carrots (seeds packets)
4. Watermelon
5. Cantaloupe



There are also several tasks children can participate in to help in the garden. With some assistance, children can plant, water, rake, harvest and measure. Research shows that when students grow their food, they are more likely to eat it. As we grow a generation of healthy eaters it is vitally important that students understand where their food comes from and the environmental impacts.

On Friday, May 4 we will kick off “School Nutrition Employee Appreciate Week” (May 7-11) with the 6th Annual School Lunch Hero Day on Friday, May 4th. If your school would like to celebrate the great work your food service workers do, please contact the Foodservice Office at (703) 813-4800.

Primavera 2018

Los Servicios de Alimentos y Nutrición (FNS) han desarrollado artículos trimestrales de Energy Zone que las escuelas pueden usar en sus boletines mensuales para padres. A continuación se muestra un artículo para su boletín de primavera 2018.

Mientras que el norte de Virginia todavía tiene la idea de la primavera este año, esta temporada siempre trae emoción para los Servicios de Alimentos y Nutrición. A menudo nos hacen la pregunta, "¿cómo se decide qué incluye el menú de desayuno / almuerzo?" Todos los artículos que van en el menú de nutrición escolar deben ser "aprobados por los estudiantes". Usamos esta época del año para recibir comentarios de los estudiantes para el próximo año escolar. Nuestro nutricionista ha visitado fervientemente las escuelas de todo el condado para obtener nuestro menú "aprobado por los estudiantes". Hemos probado elementos como la carne de res coreana, el falafel y sándwiches para el desayuno.

Además de los gustos y preferencias de los estudiantes, tenemos requisitos de patrones de comidas y consideraciones financieras que deben cumplirse. Nuestra esperanza es que a medida que nuestro programa continúe creciendo, podemos ofrecer a los estudiantes más de lo que les gusta mientras mantenemos nuestro compromiso con lo fresco y lo local.



Hay muchos eventos escolares para celebrar esta primavera también. La [Acción para Niños Saludables](#) "Every Kid Healthy Week" (del 23 al 27 de abril) coincide con el Día de la Tierra el 22 de abril. Se alienta a las escuelas a celebrar una noche familiar de acondicionamiento físico, feria de salud o plantar un jardín escolar. También hay numerosos recursos disponibles en el sitio web de USDA Team Nutrition.

Frutas y verduras Más asuntos da sugerencias sobre "5 frutas y verduras que los niños pueden plantar fácilmente":

1. Tomates (paquetes de semillas)
2. Pepinos (paquetes de semillas)
3. Zanahorias (paquetes de semillas)
4. Sandía
5. Melón



También hay varias tareas en las que los niños pueden participar para ayudar en el jardín. Con algo de ayuda, los niños pueden plantar, regar, rastrillar, cosechar y medir. La investigación muestra que cuando los estudiantes cultivan sus alimentos, es más probable que lo coman. A medida que crecemos una generación de consumidores saludables, es de vital importancia que los estudiantes comprendan de dónde vienen sus alimentos y los impactos ambientales.

El viernes 4 de mayo comenzaremos la "Semana de Apreciación de los Empleados de Nutrición Escolar" (del 7 al 11 de mayo) con el Sexto Anual Día de Héroes de Almuerzo Escolar el viernes 4 de mayo. Si su escuela desea celebrar el gran trabajo que hacen sus trabajadores de servicio de alimentos, comuníquese con la Oficina de Servicios de Alimentos al (703) 813-4800.