

WELLNESS NEWS NOTICIAS DE BIENESTAR



JULY/JULIO 2021

**ANNOUNCEMENTS
ANUCIOS**

First Day of Class is Monday 7/19

El primer día de clases es el lunes 7/19

Breakfast/Desayuno:

- Group A- 7:45-8:05 AM

- Group B- 8:15-8:35 AM

STUDENTS EAT AT SCHOOL FOR FREE!

Concordia Charter School will offer school breakfast & lunch at NO COST to all enrolled students this school year, under National School Lunch/Seamless Summer Option.

Concordia's Nutrition Services team is excited to serve DELICIOUS and healthy meals to every student this year.

Monthly menus will be available at concordiacharter.org and will be sent home with students every month. Be sure to post them at home so your student can check it daily

LOS ESTUDIANTES COMEN EN LA ESCUELA GRATIS!

Concordia Charter School ofrecerá desayuno y almuerzo escolar SIN COSTO a todos los estudiantes inscritos este año escolar, bajo la opción National School Lunch/Seamless Summer.

El equipo de Servicios de Nutrición de Concordia está emocionado de servir comidas DELICIOSAS y saludables a todos los estudiantes este año.

Los menús mensuales estarán disponibles en concordiacharter.org y se enviarán a casa con los estudiantes todos los meses. Asegúrese de publicarlos en casa para que su estudiante pueda revisarlos diariamente.

Meet the Nutrition Services Team!



- **Ms. Acosta, Wellness Coord.**
rgomezacosta@concordiacharter.org
- **Ms. Katia, Cook**
- **Ms. Milagros, Aide**
- **Ms. Iris, Nutrition Manager**
itirado@concordiacharter.org



Concordia Charter School, Inc.
142 N. Date Street, Mesa, AZ 85201
480-461-0555

LUNCH FROM HOME POLICY



POLÍTICA DE ALMUERZO DESDE CASA

Concordia wants every student to have a healthy lunch every day. If your child chooses to bring lunch from home, please note the following policies:

- Please use icepacks in lunch boxes to keep items cold as necessary. We cannot reheat or keep refrigerated lunches from home.
- All food from home **MUST** be in a lunch box/bag
- Food cannot be shared between students. Please bring individual-sized portions of food to avoid food waste
- Students will be able to select a school lunch, even if they bring a home lunch
- Our cafeteria's "No Junk Zone" seeks to reduce food from home that offers minimal nutritional value. **Please do not send the following items for lunch or breakfast: Soda, Candy, Cake/Donuts**

We thank our students, parents, and staff in advance for helping to make our school safe and healthy!

Concordia quiere que todos los estudiantes tengan un almuerzo saludable todos los días. Si su hijo elige traer el almuerzo de casa, tenga en cuenta las siguientes políticas:

- Utilice bolsas de hielo en las loncheras para mantener los artículos fríos según sea necesario. No podemos recalentar ni guardar los almuerzos refrigerados de casa.
- Toda la comida de la casa **DEBE** estar en una lonchera / bolsa
- La comida no se puede compartir entre estudiantes. Traiga porciones de comida de tamaño individual para evitar el desperdicio de alimentos.
- Los estudiantes podrán seleccionar un almuerzo escolar, incluso si traen un almuerzo a casa.
- La "Zona No Chatarra" de nuestra cafetería busca reducir los alimentos de la casa que ofrecen un valor nutricional mínimo. **No envíe los siguientes artículos para el almuerzo o el desayuno: refrescos, dulces, pasteles/donas**

¡Agradecemos a nuestros estudiantes, padres y personal de antemano por ayudar a que nuestra escuela sea segura y saludable!



IN THE GARDEN EN EL JARDÍN

After a very hot June, we are happy to see some of our herbs and veggies continue to grow in the school garden!

What's growing now?

- Mint, Basil, Lavender
- Tomatoes
- Bell Peppers

What's Next? We will plant beans/legumes as COVER CROPS to help "feed" the soil with NITROGEN. When the weather cools we will have happy soil to start new plants in!

Después de un mes de junio muy caluroso, ¡estamos felices de ver que algunas de nuestras hierbas y verduras continúan creciendo en el jardín de la escuela! ¿Qué está creciendo ahora?

- Menta, albahaca, lavanda
- Tomates
- Pimientos

¿Que sigue? Plantaremos frijoles/legumbres como CULTIVOS DE CUBIERTA para ayudar a "alimentar" el suelo con NITRÓGENO. ¡Cuando el clima se enfríe, tendremos un suelo feliz para comenzar con nuevas plantas!