



Bateman School Approved Snack List

Approved Snack List

Fruits and Vegetables

Dried fruit or frozen fruit with no added sweetener

Popchips, Baked chips, or Veggie Chips

Granola Bars (no more than 100 calories)

Low-fat yogurt

Canned fruit in juice, not syrup

Natural apple sauce cups

String cheese

Pretzels

Popcorn

Cheese and cracker snack packs

Low-fat or Fat-Free Milk

100% Juice with no sweetener and no added sugar

Non-flavored, unsweetened, caffeine-free water

Pre-packaged, low-calorie snack packs (ie. 100 calorie snack packs)

Non-Food Rewards

Stickers

Erasers

Pencils

Magnets

Other age-appropriate items

Birthday Celebrations: Birthdays are to be celebrated with either approved, healthy snacks or non-food items. We encourage the use of non-food items whenever possible. Please note, cupcakes, candy, pop, ice cream, popsicles, brownies, and other unhealthy foods containing fats and sugars are not allowed for celebrations. We also encourage donating a book for the classroom library as a student birthday celebration item.

Student Lunches: If students are bringing their own lunch from home, we encourage healthy items as part of their lunch. Students may only bring individual sized items for their own, personal consumption. Students may not bring in food products that are large enough to be shared with other students. Any food item that a student brings to school may only be consumed during their lunch period. Coffee, pop, sports drinks, energy drinks, and other high-sugar, low- nutritional value beverages should not be brought to school.

Allergy Note: We ask that you please be aware of allergy information that is listed on packaging for food products. Consult with your child's teacher regarding any allergies that students in the class may have.

Thank you for your cooperation. Stay active, stay healthy!

Sincerely,
The Bateman School Wellness Team



Lista de merienda aprobado de la Escuela Bateman

Lista de merienda aprobado

Frutas y vegetales

Fruta seca o congelada sin azúcar

Papitas individuales hechas en el horno, papitas de vegetales Barras de granola (no más de 100 calorías)

Yogur bajo en grasa

Fruta enlatada en jugo, no en miel

Latas de puré en manzana natural

Palitos de queso

Pretzels Palomitas de maíz

Paquetes de queso y galletas Leche bajo en grasa o sin grasa

Jugo 100% natural y sin azúcar adicional

Agua sin azúcar, sin cafeína, no sabor

Paquetes de merienda individuales, baja en calorías (es decir, paquetes de 100 calorías)

Premios no alimentarios

Pegatinas (stickers)

Borradores

Lápices

Imanes

Otros artículos apropiados para la edad

Fiestas de cumpleaños: Cumpleaños deben ser celebradas, ya sea con bocadillos saludables aprobados o artículos no alimentarios. Le recomendamos el uso de productos no alimenticios siempre que sea posible. Tenga en cuenta, pastelitos, dulces, pop, helados, chocolate, y otros alimentos poco saludables que contienen grasas y azúcares no están autorizados para celebraciones. También animamos a donar un libro para la biblioteca de aula como un elemento de la celebración del cumpleaños del estudiante.

Almuerzos para estudiantes: Si los estudiantes traen su propio almuerzo de casa, le pedimos que traigan alimentos saludables como parte de su almuerzo. Los estudiantes sólo pueden traer paquetes individuales para su propio consumo personal. Los estudiantes no pueden traer alimentos para ser compartido con otros estudiantes. Cualquier alimento que un estudiante trae a la escuela sólo puede ser consumido durante el período de almuerzo. Café, refresco, bebidas de alto contenido de azúcar, jugos gatorade, bebidas energéticas o bebidas de bajo nutrición no debe ser traídos a la escuela.

Nota de Alergia: Le pedimos que por favor tenga en cuenta la información de alergia que aparece en los envases de los productos alimenticios. Consulte con el maestro/a de su hijo/a acerca de cualquier alergia que los alumnos de la clase puedan tener.

Gracias por tu colaboración. ¡Manténgase activo, Manténgase saludable!

Atentamente,

Equipo de Bienestar de la Escuela Bateman