



Para: Los padres de familia cuyos hijos asisten a los Programas de Escuela al Aire Libre

Muchos menores tienen necesidades especiales en términos de dieta debido a diversos padecimientos médicos, creencias religiosas o preferencias familiares. Los programas de Escuela al Aire Libre (Outdoor School u ODS) procuran satisfacer las necesidades de todos y cada uno de los estudiantes. En ocasiones, se requiere del apoyo por parte de los padres para lograr este cometido.

Las comidas en la Escuela al Aire Libre están bien planificadas y son nutritivas. La mayoría de los alimentos se preparan de principio a fin, incluidos los alimentos preparados al horno. Se emplea harina blanca, huevos y levadura. Las cenas incluyen siempre un plato fuerte compuesto de una proteína, verduras y un almidón, y fruta. Se ofrece una opción vegetariana en cada comida para los estudiantes que hayan sido identificados como vegetarianos al inicio de la semana. En ocasiones, la opción vegetariana incluye productos lácteos y huevos.

Las alergias a los alimentos son siempre motivo de preocupación, sobre todo ante el incremento de las alergias a cacahuates y nueces en niños. Por esa razón, los programas de Escuela al Aire Libre han eliminado por completo el cacahuete. **Los cacahuates (maní) y sus derivados están terminantemente prohibidos.** Según lo indicado en los demás materiales de ODS, los dulces, hojuelas y cualquier otro tipo de botana (tentempiés) no están permitidos en la Escuela al Aire Libre. Si alguno de los estudiantes trae botanas o dulces, los mismos serán entregados al maestro, o desechados si contienen cacahuete. La única excepción a la regla con respecto a las botanas es en el caso de que el estudiante tenga una razón médica documentada tal como diabetes u otras alergias a alimentos. Reiteramos que los alimentos no deben contener cacahuete.

En el caso de los menores que tengan alergias a alimentos o necesidades de tipo médico, podría pedirseles que suplementen sus alimentos dependiendo de sus necesidades. En vista de que todos los panes y galletas están preparados con harina de trigo blanca, sería recomendable que los menores que padezcan de **intolerancia al gluten** suministren sus propios alimentos para esta categoría (harinas).

La enfermera o el personal de la cocina del sitio conservarán la mayoría de los alimentos y botanas en sus respectivas áreas a menos que se hayan hecho otros arreglos previamente. A los estudiantes se les presentará a los miembros del personal a los cuales deberán acudir según lo que necesiten.

Si tiene alguna pregunta, no dude en comunicarse conmigo por vía telefónica o correo electrónico.

Chuck Fike, RN (Enfermero Titulado)
Programas de Escuela al Aire Libre
503-257-1600
outdoorschool@mesd.k12.or.us