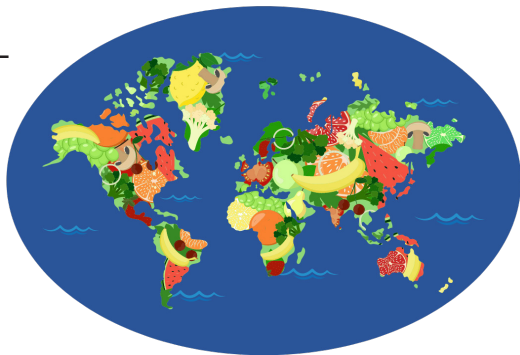


COMA VERDE POR EL *Día de la Tierra*

Los alimentos integrales, como frutas y verduras, consumen menos energía, tierra y agua para su producción que los alimentos de origen animal o más procesados. Menos envases significa también menos residuos plásticos. Todos podemos ayudar al medio ambiente tomando buenas decisiones alimentarias este **Día de la Tierra**, ¡y durante todo el año!



RECONOCIMIENTO DE LA *Nutrición*

Los alumnos dependen de comidas escolares sanas que nutran sus cuerpos para poder aprender y crecer. A partir del 29 de abril, **la Semana Nacional del Empleo de Nutrición Escolar** nos brinda la oportunidad de celebrar a las personas que hacen posible esas comidas.



EN TEMPORADA: *Espárragos*

Los espárragos, precursores de la primavera, pertenecen a la familia de las liliáceas. Se puede encontrar en colores que van del verde al morado, pasando por el blanco. Los deliciosos tallos que comemos son los brotes jóvenes que emergen por primera vez de la tierra. Si los agricultores no cosechan los turiones, los espárragos pueden llegar a medir más de dos metros.