

ĂN CHAY CHÀO *Ngày Trái Đất*

Thực phẩm nguyên chất như trái cây và rau củ quả thường cần ít công sức, đất và nước để sản xuất hơn so với các loại thực phẩm từ động vật hoặc cần nhiều bước chế biến. Ít bao bì tức là ít rác thải nhựa hơn. Tất cả chúng ta đều có thể góp phần bảo vệ môi trường bằng cách chọn những loại thực phẩm thân thiện môi trường trong Ngày Trái Đất, và cả các ngày khác trong năm!



GHI NHẬN CÔNG SỨC CỦA *Nhân Viên* *Dinh Dưỡng*

Học sinh nuôi dưỡng cơ thể để có thể học tập và phát triển nhờ các bữa ăn lành mạnh ở trường. Bắt đầu từ ngày 29 tháng 4, chúng ta sẽ chính thức bước vào **Tuần Lễ Quốc Gia Dành Cho Nhân Viên Dinh Dưỡng Học Đường** nhằm tôn vinh những người đã tạo ra những bữa ăn lành mạnh đó.



CHÍNH VỤ: *Măng Tây*

Măng tây là dấu hiệu của mùa xuân và được xếp vào họ lily. Măng tây có rất nhiều màu sắc từ xanh lá cây đến tím và trắng. Phần thân cây ngon lành mà chúng ta thường ăn là phần chồi non mới mọc lên từ đất. Nếu để nguyên không thu hoạch, măng tây có thể mọc cao tới hơn 6 feet!