



INSTRUCTIVO DE ALMUERZO

Colegio Evergreen – La Ligua

Con el objetivo de promover hábitos de alimentación saludable, orden y convivencia respetuosa, se establece el siguiente instructivo para el horario de almuerzo de los estudiantes:

1. Lugar de Almuerzo

- El almuerzo se realizará en el salón del colegio, espacio habilitado para este fin.

2. Duración

- Cada estudiante contará con 1 hora de almuerzo, tiempo suficiente para alimentarse, compartir y realizar su higiene posterior.
- Si el estudiante desea salir del salón al terminar su almuerzo, debe informar a la persona encargada de la supervisión. Todo alumno que termine su almuerzo, estará en el patio bajo la supervisión de un inspector

3. Recomendaciones para el Almuerzo

- Se recomienda traer el almuerzo desde casa en:
 - Recipiente plástico hermético o termo.
- Cada estudiante debe traer:
 - Sus cubiertos (tenedor, cuchara, cuchillo de punta redonda etc.).
 - Individual para apoyar sus alimentos.
 - Útiles de aseo bucal (cepillo de dientes, pasta dental, vaso si es necesario).

En caso de que decidan traer el almuerzo para sus hijos durante la mañana, este deberá ser entregado en Inspección exclusivamente entre las 12:00 y las 13:00 horas.

Con el objetivo de resguardar el orden y la seguridad de todos los alumnos, les solicitamos evitar la entrega de alimentos en el horario de salida, debido al alto flujo de personas que se produce en ese momento.



4. Uso de Microondas

- El uso de microondas estará disponible para los estudiantes.
- Este será supervisado por inspectores, quienes apoyarán el correcto uso y orden en los turnos.

5. Supervisión

- Durante el horario de almuerzo habrá inspectores a cargo, quienes velarán por:
 - La seguridad de los estudiantes.
 - El buen comportamiento.
 - El correcto uso de los espacios y equipos.

6. Higiene y Limpieza

- Una vez finalizado el almuerzo, cada estudiante debe:
 - Limpiar su espacio utilizado.
 - Guardar sus pertenencias.
 - Realizar su higiene bucal.
 - Los estudiantes no pueden utilizar los basureros para botar los alimentos no consumidos, éstos deben ser guardados en su recipiente y devueltos a casa. Excepto, aquellos alimentos que venga en envases desechables.

Este instructivo busca fomentar la autonomía, responsabilidad y buenos hábitos en nuestros estudiantes. Agradecemos la colaboración de toda la comunidad educativa.



Refuerza en casa estos pasos y recomendaciones para un grato almuerzo en nuestro colegio.

➤ 1

Se sugiere enviar alimentos saludables y equilibrados (plato fondo, ensalada y agua) Porciones adecuadas a la edad. ¡No líquidos!



En lo posible traer almuerzo en termos.

2 ◀

➤ 3

Lavado de manos antes de almorzar

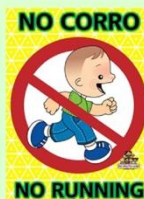


Contar con servilleta o toalla de papel y los utensilios necesarios

4 ◀

➤ 5

No correr ni jugar en el salón.



Esperar turno por orden de llegada.

6 ◀

➤ 7

Sentarse correctamente.

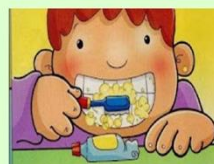


Masticar con la boca cerrada.

8 ◀

➤ 9

Antes de salir del salón, deja limpio tu lugar y a lavarse muy bien tus dientes.



ATTE

Colegio Evergreen la Ligua