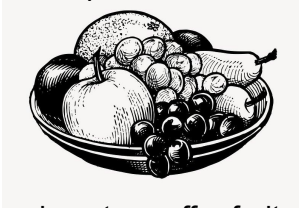


Dear Parents:

At each elementary school we offer an affordable, optional snack cart that is available for all families to purchase for their children. During the first week of school you will have the option of signing up for healthy snacks for your child(ren). Your student will begin receiving their snack on September 11, 2023. The cost will be \$75.00 for the school year. To purchase the snack cart your student's meal account balance must not be more than \$5 negative.

Each of the snack food choices available must meet the following nutrition standards:

- Be a "whole grain-rich" grain product;
- or have as the first ingredient a fruit, a vegetable, a dairy product,
- or a protein food;
- or be a combination food that contains at least 1/4 cup of fruit and/or vegetable;



Foods must also meet several nutrient requirements:

- Calorie limits:
 - Snack items: ≤ 200 calories
- Sodium limits:
 - Snack items: ≤ 200 mg
- Fat limits:
 - Total fat: $\leq 35\%$ of calories
 - Saturated fat: $< 10\%$ of calories
 - Trans fat: zero grams
- Sugar limit:
 - $\leq 35\%$ of weight from total sugars in foods

Every day on our snack cart we offer fruits, vegetables, cheese sticks, sunflower seeds and yogurt. The choices will rotate on a seasonal basis as more fruits and vegetables become available within our cost parameters. In addition to these items we offer whole grain options several times per week such as popcorn, pretzels, snack mixes, brown rice "pop chips", goldfish, graham crackers and granola or cereal bars. Occasionally we do offer other whole grain options such as cheese balls that are baked and made with whole grains. One of the yogurt brands that we offer is Trix. This product is made with no artificial colors or flavors and meets all of the above standards. We would like to offer your child a healthy mid-morning snack and help to encourage a 5 a day habit. By positioning fruits and vegetables on the top of the cart we are hoping that students will be encouraged to choose these items, but we understand that some students may be more interested in taking the whole grain options available. Please consider talking to your child if there is a particular item you would prefer them not to take for their snack. If you choose to send a snack with your child to school we suggest that you send a nutritious snack. Some suggested items include: any fruits, any vegetables, whole grain crackers or cereal, pretzels or rice cakes. We hope that you take the opportunity to participate in this program and enjoy the convenience of a school provided snack.

Please pay online at <https://northfieldschools.revtrak.net/> under "School Fees". Donations are welcome to sponsor another student who may not be able to afford this program. *This program is not covered by the educational meal benefits associated with school breakfast and lunch as we receive no federal or state funding to support it.*

Sincerely,

Elementary School Principals & Stephany Stromme, Director of Child Nutrition

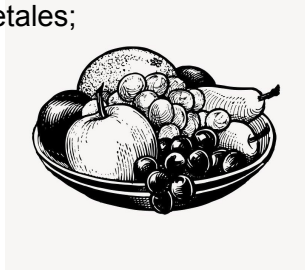
Queridos padres, madres y tutores:

En las escuelas primarias ofrecemos una opción barata, saludable y opcional meriendas que todas las familias pueden comprar para sus hijos. Durante la primera semana de escuela tendrán la opción de apuntarse para las meriendas saludables para sus hijos. Su hija/o empezará a recibir las meriendas a partir del 11 de septiembre de 2023. El costo será \$75.00 dólares para el año escolar. Para comprar las meriendas para su hijo/a la cuenta de las comidas escolares no puede tener más de \$5 dólares en negativo.

Cada merienda saludable que ofrecemos debe seguir los siguientes estándares de nutrición:

Que sea un producto rico en "granos integrales"

- que tenga como el primer ingrediente un fruta, vegetal o producto lácteo,
- algo de proteína;
- que sea una combinación que tenga al menos 1/4 de una taza de fruta y/o vegetales;



Las comidas también tienen que cumplir varios requisitos nutricionales:

- Límite de calorías:
 - Meriendas: ≤ 200 calorías
- Límite de sal:
 - Meriendas: ≤ 200 mg
- Límite de grasas:
 - Total de grasa: $\leq 35\%$ de calorías
 - Grasas saturadas: $< 10\%$ de calorías
 - Grasas trans: cero gramos
- Límite de azúcar:
 - $\leq 35\%$ del peso del total de azúcares en las comidas

Todos los días en nuestro carrito de bocadillos ofrecemos frutas, verduras, palitos de queso, semillas de girasol y yogur. Las opciones rotarán según la temporada a medida que haya más frutas y verduras disponibles dentro de nuestros parámetros de costos. Además de estos artículos, ofrecemos opciones de cereales integrales varias veces a la semana, como palomitas de maíz, pretzels, bocadillos combinados, "pop chips" de arroz integral, carpas doradas, galletas integrales y granola o barras de cereal. Ocasionalmente, ofrecemos otras opciones de cereales integrales, como bolas de queso horneadas y hechas con cereales integrales. Una de las marcas de yogur que ofrecemos es Trix. Este producto está hecho sin colores ni sabores artificiales y cumple con todos los estándares anteriores. Nos gustaría ofrecerle a su hijo un refrigerio saludable a media mañana y ayudarlo a fomentar el hábito de 5 al día. Al colocar frutas y verduras en la parte superior del carrito, esperamos que los estudiantes se animen a elegir estos artículos, pero entendemos que algunos estudiantes pueden estar más interesados en tomar las opciones de granos integrales disponibles. Considere hablar con su hijo si hay un artículo en particular que preferiría que no tome como refrigerio. Si elige enviar un refrigerio con su hijo a la escuela, le sugerimos que envíe un refrigerio nutritivo. Algunos artículos sugeridos incluyen: frutas, verduras, galletas integrales o cereales, pretzels o pasteles de arroz. Esperamos que aproveche la oportunidad de participar en este programa y disfrute de la comodidad de un refrigerio proporcionado por la escuela.

Pague en línea en <https://northfieldschools.revtrak.net/> en "School Fees". Las donaciones son bienvenidas para patrocinar a otro estudiante que no pueda pagar este programa. *Este programa no está cubierto por los beneficios de comida educativa asociados con el desayuno y el almuerzo escolar, ya que no recibimos fondos federales o estatales para respaldarlo.*

Atentamente,

Directores de escuelas primarias y Stephany Stromme Directora de nutrición infantil