



Estimada Familia,

¿Sabía usted que para el año 2050 los agricultores deberán doblar la producción de alimentos para dar de comer a nuestra creciente población? Su hijo o su hija pueden ser unos científicos, agricultores o dueños de un negocio de distribución que jugarán un papel importante en la solución de este problema.

Nuestra clase ha estado aprendiendo sobre los agricultores, avances tecnológicos en la producción de alimentos, el mejoramiento del contenido alimenticio y mucho más. Estos son algunos de los temas que hemos trabajado en clase. Apoya a tus hijos a compartir las lecciones aprendidas.

- **Los alimentos empiezan en el campo.** Un agricultor Americano produce alimentos suficientes para alimentar a 155 personas!
- Después que los alimentos salen de la granja, muchos son procesados en diferentes maneras. **Procesar** los alimentos ayuda a extender la vida de ellos y previene que se estropeen, añade nutrientes y permite su empaquetamiento en sistemas convenientes para el consumidor.
- La tecnología hace posible cumplir con nuestras crecientes necesidades de alimentar el planeta. Los agricultores utilizan **equipos de alta tecnología** para cultivar y cosechar la mayor cantidad de alimentos posible. Este equipo incluye desde tractores y aradores a sistemas de GPS.
- Para estar sanos, debemos **consumir diferentes grupos de alimentos, granos, proteínas, frutas, vegetales y productos lácteos**. La nueva guía alimenticia My Plate recomienda que la mitad del plato debe ser fruta y vegetales. Para más información visita la página web ChooseMyPlate.gov.
- Tomar decisiones inteligentes alimentos nos da **energía de larga duración**. Comer meriendas es bueno, siempre y cuando sean sanas se combine con una dieta balanceada y un plan de ejercicios.
- Hay un montón de maneras **convenientes y prácticas para incorporar las opciones saludables en nuestras dietas**. Por ejemplo, la mayoría de alimentos congelados y enlatados son iguales de nutritivos que los alimentos frescos. Sin embargo, se mantienen frescos durante más tiempo, por lo que son más fáciles de mantener a la mano y menos comida se desperdicia. Eso es importante en la alimentación de un mundo en crecimiento.

Por supuesto, el mejor lugar para construir hábitos saludables es en casa. En los próximos días, conversa con tus hijos sobre los alimentos que él o ella puede escoger, anímalo a probar nuevos alimentos. Busca oportunidades para visitar una granja o conocer personas que produzcan alimentos. **Entre más niños conozcan mayor variedad de alimentos y su procedencia estarán mejor equipados para un planeta en crecimiento.** Para obtener más información sobre The Alliance to Feed the Future, visite la página web, www.AllianceToFeedtheFuture.org/education.

Atentamente,

Nombre del Maestro(a)

P.D. Esta es una receta apta para niños cortesía de la Alianza para Alimentar el Futuro. Inténtala en tu merienda mañana.



ALLIANCE TO
FEED THE FUTURE

FARM CREDIT
Lending support to rural America™

La Hora de Las Mini Brochetas de Uvas y Queso!

1. Deslice 1 uva, 1 cubo de queso seguido por otra uva en el palillo de dientes.
2. Diseñe un espiral de brochetas en dos platos en forma de reloj en las horas 2, 4, 6, 8, 10, y 12.
3. Que hora es? Es hora de la merienda.

Variaciones: Sumergir en yogur bajo en grasa, cúbralo con nueces picadas o almendras, o añada piezas de salami de pavo o perro caliente sin grasa.

Para obtener otras recetas aptas para niños, visita la página web Kidnetic.com.

