

# #ApoyaComidasEscolares

para apoyar a tu familia y a tu comunidad.



Todo lo que necesitas saber sobre las comidas escolares gratis.

## ¿POR QUÉ ESTÁN DISPONIBLES?

Para ayudar a asegurar que los niños tengan acceso a alimentos nutritivos mientras el país se recupera de la pandemia de COVID-19.

1 de cada 4 niños en los Estados Unidos podría pasar hambre este año debido al COVID-19.<sup>1</sup>

## ¿PARA QUIÉNES SON?

Cualquier niño de 18 años de edad o menores.

## ¿DÓNDE?

Consulta con tu distrito escolar para conocer más sobre las comidas gratis en este otoño.



## Por qué deberías participar:



Recogiendo o comiendo comidas gratis apoyan al programa de nutrición escolar.



**BENEFICIOS COMUNITARIOS**

Cada día

**30 MILLIONES**

de niños dependen de las comidas escolares para su nutrición diaria.<sup>2</sup>



Aseguran que toda la comunidad escolar tenga acceso a comidas nutritivas.

Las comidas gratuitas te ayudan a ahorrar en el presupuesto de la compra



y a reducir el estrés de preparar las comidas.



**BENEFICIOS FAMILIARES**

**TÚ RECIBES COMIDAS GRATIS PARA TUS HIJOS** mientras apoyas a tu comunidad.



Las investigaciones demuestran que los estudiantes que participan en los programas de comidas escolares consumen más leche, frutas y verduras durante las comidas.<sup>3</sup>

1 <https://www.nokidhungry.org/coronavirus>  
2 <https://frac.org/programs/national-school-lunch-program>  
3 <https://www.cdc.gov/healthyschools/npao/schoolmeals.htm>