



Scan me for a digital copy



# NUTRITION

March 2025, Vol. 4, Issue 5



### WHAT'S NEW WITH LAUSD'S FOOD SERVICES

#### The Chef Collaborative

Students at Banning, Huntington Park, Polytechnic, San Fernando and Sotomayor High Schools have been working with their Culinary Teacher and Renowned Chef developing meals that align with the [MyPlate](#) and [USDA Guidelines](#) for school meals.

These meals will be judged on their creativity, use of school-sourced ingredients, alignment with school meal guidelines, cultural relevance, teamwork, presentation and taste.

The event will take place March 26th and will be filmed and aired by KLCS. The winning recipe will be featured on LAUSD's menus in the 2025-2026 school year.

#### Celebrate National School Breakfast Week!

Join us in celebrating National School Breakfast Week from March 3-7!

- ▶ School breakfast plays a critical role in providing students with the nutrients they need to start their day strong.
- ▶ A healthy, balanced breakfast improves focus, boosts energy, and supports academic performance.
- ▶ LAUSD's Cafe LA serves over 240,000 breakfasts daily to ensure students are ready to learn and thrive.
- ▶ Encourage your child to take part and fuel up for success – because a great day of learning begins with a great breakfast!
- ▶ Take advantage of California's Universal Meals Program where every school provides breakfast and lunch at no charge!

#### National Nutrition Month Webinar for Parents

Food Services, in collaboration with the Office of Family and Community Engagement, is offering a special family webinar focused on Nutrition.

On March 26th, join us from 5:30-7:00 pm, for a Family Webinar: **"Food Connects Us! Strengthening Families and Building Community One Meal at a Time."** See [attached flyer](#) for webinar information, including a link.

### NUTRITIOUS BITES FOR FAMILIES

In collaboration with [Common Threads](#) and [Food Access LA](#), Wellness Programs is launching an interactive cooking and nutrition class for parents of students referred to the program by our Wellness Center partners, **St. John's Community Health** (Roosevelt Wellness Center) and **Valley Community Health Care** (North Hills Wellness Center). We will be expanding this amazing program so be on the lookout for new locations soon.

This fun and engaging 10-week course is designed to help families prepare nutritious, delicious meals while making cooking an enjoyable learning experience.

Weekly session features hands-on cooking, practical nutrition tips, and family-friendly activities to build lifelong healthy habits.

#### Throughout the course, families will:

- Cook simple, healthy meals using fresh, seasonal ingredients
- Explore new flavors – from portion control to global cuisines
- Create a positive family mealtime with family friendly recipes

**CLICK HERE TO JOIN OUR MINDFUL EATING WELLNESS CHALLENGE**



### LET'S EAT HEALTHY LEADERSHIP AWARD



Our very own Wellness Organization Facilitator, **Maggie Yu-DiPasquale**, is being recognized as a recipient of the Dairy Council of California, 2024-25 Let's Eat Healthy Leadership Award.

This leadership award is an annual recognition that honors nutrition champions across California. Maggie was selected based on her creative broadcast production of **"Let's Eat Healthy Together"** in collaboration with KLCS-PBS.

Her commitment, exceptional leadership, and efforts in elevating the health of LAUSD school community through the District's Wellness Programs is remarkable.



To view the Telly-Award winning educational episodes, visit: <https://www.lausd.org/Page/5642>



# PLAN DE ACCIÓN PARA EL BIENESTAR

## Boletín mensual



## NUTRICIÓN

Marzo de 2025, vol. 4, número 5

Escanee el Código QR para ver una copia digital



### NOVEDADES EN LOS SERVICIOS DE ALIMENTACIÓN DEL DISTRITO ESCOLAR UNIFICADO DE LOS ÁNGELES (LAUSD, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

#### la colaboración del chef

Los estudiantes de las preparatorias Banning, Huntington Park, Polytechnic, San Fernando y Sotomayor han estado trabajando con su maestro de Artes Culinarias y un chef de renombre en la elaboración de comidas que cumplen con las directrices de MyPlate y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) para las comidas escolares.

Se valorarán la creatividad, el uso de ingredientes provenientes de la escuela, el cumplimiento de las directrices de las comidas escolares, la relevancia cultural, el trabajo en equipo, así como la presentación y el sabor de las comidas.

El evento se realizará el 26 de marzo y será filmado y transmitido por KLCS. La receta ganadora será incluida en los menús del LAUSD durante el año escolar 2025-2026.

### ¡Celebre la Semana Nacional del Desayuno Escolar!

¡Únase a la celebración de la Semana Nacional del Desayuno Escolar del 3 al 7 de marzo!

- ▶ El desayuno escolar desempeña un papel fundamental al proporcionar a los estudiantes los nutrientes que necesitan para comenzar su día con energía.
- ▶ Un desayuno saludable y equilibrado mejora la concentración, aumenta la energía y favorece el rendimiento académico.
- ▶ El Café LA del LAUSD sirve más de 240,000 desayunos diarios para garantizar que los estudiantes estén listos para aprender y prosperar.
- ▶ Anime a su hijo a participar y a recargar energías para lograr el éxito, ¡porque un gran día de aprendizaje comienza con un buen desayuno!
- ▶ ¡Aproveche el Programa Universal de Comidas Gratuitas de California, en el que todas las escuelas ofrecen desayuno y almuerzo sin costo alguno!

### Seminario Web para Padres sobre el Mes Nacional de la Nutrición

La Oficina de Servicios Alimenticios, en colaboración con la Oficina de Participación Familiar y Comunitaria, está ofreciendo un seminario web especial para las familias enfocado en Nutrición.

Acompáñenos el 26 de marzo de 5:30-7:00 p. m. durante el Seminario Web Familiar: "¡La comida nos conecta! Fortaleciendo familias y construyendo comunidad, una comida a la vez." [Consulte el folleto adjunto](#) para obtener información sobre el seminario web, incluido su enlace.

### BOCADOS NUTRITIVOS PARA LAS FAMILIAS

En colaboración con **Common Threads** y **Food Access LA**, el Departamento de Programas de Bienestar está lanzando una clase interactiva de cocina y nutrición para padres de estudiantes referidos al programa por nuestros socios del Centro de Bienestar: **St. John's Community Health** (Centro de Bienestar Roosevelt) y **Valley Community Health Care** (Centro de Bienestar North Hills). Próximamente estaremos expandiendo este increíble programa, así que esté atento a sus nuevas ubicaciones.

Este divertido y dinámico curso de 10 semanas está diseñado para ayudar a las familias a preparar comidas nutritivas y deliciosas, convirtiendo la cocina en una experiencia de aprendizaje agradable.

Cada sesión semanal ofrece cocina práctica, consejos útiles de nutrición y actividades familiares para crear hábitos saludables de por vida.

#### Durante el curso, las familias:

- Cocinarán comidas saludables y sencillas con ingredientes frescos y de temporada.
- Explorarán nuevos sabores, desde el control de porciones hasta la cocina internacional
- Crearán momentos positivos durante la hora de comida en familia con recetas diseñadas para disfrutar en familia.

**HAGA CLIC AQUÍ PARA UNIRSE A NUESTRO DESAFÍO DE BIENESTAR Y ALIMENTACIÓN CONSCIENTE**



### PREMIO AL LIDERAZGO "COMAMOS SALUDABLE"



Nuestra Facilitadora de la Organización de Bienestar, **Maggie Yu-DiPasquale**, ha sido reconocida como ganadora del Premio al Liderazgo "Comamos Saludable" de 2024-25 del Consejo Lácteo de California.

Este premio al liderazgo es un reconocimiento anual que honra a líderes que promueven la nutrición en todo California. Maggie fue seleccionada por su creativa producción "**Let's Eat Healthy Together**" (Comamos saludables juntos), realizada en colaboración con KLCS-PBS.

Su compromiso, liderazgo excepcional y esfuerzo por mejorar la salud de la comunidad escolar del LAUSD a través de los Programas de Bienestar del Distrito es verdaderamente admirable.



Para ver los episodios educativos galardonados con el premio Telly, visite: <https://www.lausd.org/Page/5642>

[lausd.org/wellnessprograms](https://lausd.org/wellnessprograms)

El plan de acción para la política de bienestar del LAUSD

@WPLAUSD

Código de acceso: VKZQ-K8WX-TSBSHT