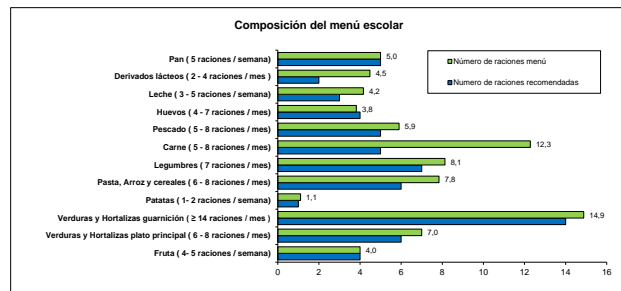




VALORACIÓN NUTRICIONAL				
Dia	energía	proteínas	grasa	h. carbono
	(kcal)	(g)	(g)	(g)
3	628	22	36	53
4	722	33	37	65
5	918	37	42	98
8	727	34	35	70
9	779	28	40	75
10	799	37	33	89
11	785	34	35	84
12	917	22	44	108
15	FIESTA			
16	709	31	42	51
17	749	33	38	70
18	798	35	33	91
19	929	36	48	88
22	854	34	44	80
23	640	23	37	54
24	680	31	31	70
25	863	34	39	93
26	812	33	36	89
29	604	24	32	54
30	653	29	29	70
31	846	38	38	89



Las recomendaciones nutricionales establecidas por los organismos de referencia indican que el aporte correspondiente al desayuno debe ser del 20% y el de la comida del mediodía deber ser de entre el 30 y el 35% de los requerimientos nutricionales diarios.

El menú a servir por **COLEGIO MONTSERRAT** en mayo de 2017 cubre dichos requerimientos.

Valoración nutricional realizada por Laboratorio M.A.CONSAL



BOLETIN INFORMATIVO AMPA. MAYO 2017

ampamontserrat@hotmail.com

NOTICIAS DESTACADAS

Estimada familias, el AMPA agradece la colaboración de las personas que han participado en la celebración del Día del Libro. Os recordamos que del 3 al 5 de mayo se celebra en el cole la Semana Cultural y que se puede colaborar en su organización. Se realizan varias actividades en la que pueden participar las familias. Os animamos a participar.

Os informamos:

- * Para aquellos alumnos de la E.S.O. que estén interesados en estudiar otro idioma que esta **abierto el plazo de prescripción hasta el 19 de mayo al 2 de junio en le Escuela Oficial de Idiomas.**
- * El plazo de solicitud de pruebas de acceso para el **Conservatorio Profesional de Danza Carmen Amaya** para el próximo curso 2017/2018 se encuentra abierto durante el mes de mayo.

Actividades con nuestros chic@s:

Museo del Romanticismo (Telf. 914483647)

* Taller "Un Museo De Cuento" (13 y 27 de mayo, 11.00 - 13.00 h.) niñ@s 6- 10 años.

Centro de Educ. Ambiental Caserío de Henares. Telf. 916738299

* Senda: "Camino Real De Las Moreras" (28 mayo, 10:30 h. Todas la edades)

C.E.A Campillo tel. 912760307

* Senda ecológica en Rivas Vaciamadrid" (sábado 6). 11:00 h. 3 km. niñ@s + 7

Museo Biblioteca Nacional Telf. 91 580 78 00

- Taller "Libros prohibidos, libros secretos "(28 mayo) niñ@s 6- 12 años.

- Taller "Un jardín surrealista" (6, 20 y 27 mayo) niñ@s 6- 12 años.

ESPACIO VERDE: Desde el mes de febrero el Área de Medio Ambiente y Movilidad ha puesto en marcha una campaña piloto en el distrito de Usera, con el lema "Brilla Usera", que tiene como objetivo concienciar a la ciudadanía, a través de diferentes actividades, de la importancia de su colaboración en el mantenimiento y cuidado del entorno de nuestros barrios. Se trata de fomentar y mejorar la limpieza viaria en las calles y plazas de cada barrio del distrito. El objetivo principal es que los vecinos participen en el cuidado y mantenimiento de su entorno más cercano.

ESTE MES:

- ❖ 1 de mayo **Día Internacional de los Trabajadores**
- ❖ 2 de mayo **Día de la Comunidad de Madrid** se conmemora el levantamiento en 1808 del pueblo madrileño contra la ocupación francesa de Madrid.
- ❖ 15 de mayo **Fiestas de San Isidro Labrador.** Fiestas patronales de Madrid en honor a San Isidro Labrador que se caracterizan por las romerías, verbenas, atracciones y diversos espectáculos tradicionales en la Pradera de San Isidro.
- ❖ Primer domingo de mayo **Día de la Madre.** "Una madre es alguien que a pesar de todos tus fallos te sigue queriendo y cuidando como si fueras la mejor persona del mundo.-Autor desconocido."
¡FELICIDADES A TODAS LAS MAMAS DE COLE!
- ❖ 18 de mayo **Día Internacional de los Museos**
"Los museos recogen una parte muy importante del saber, de la historia, del arte, de la cultura..., ya sea del propio país o de otras partes del mundo. Atrévete a descubrirlos"

Se recuerda a los padres que no deben aparcar en la acera; es mejor prevenir los accidentes, que no tener que lamentarnos después.