

Αγαπητοί γονείς,

1. Μπορείτε να ενημερώνεστε για **ανακοινώσεις, δράσεις του σχολείου μας** κλπ. από το **ιστολόγιο (blog) του σχολείου μας** που βρίσκεται στην ηλεκτρονική δ/νση <https://blogs.sch.gr/1dimkrouira/>
2. Εάν χρησιμοποιείτε **facebook**, μπορείτε να βρείτε την ΚΛΕΙΣΤΗ ΟΜΑΔΑ μας ως: **1ο Δημοτικό Σχολείο Κρουσώνα**
3. **Τηλ. & Φαξ Σχολείου:** 2810711207
4. **Email Σχολείου:** mail@1dim-krouss.ira.sch.gr
5. Στο πλαίσιο της ενθάρρυνσης των μαθητών/-τριών μας ώστε να αποκτήσουν περισσότερο υγιεινές διατροφικές συνήθειες, παρακαλούμε όπως το **κολατσιό** των παιδιών για το σχολείο να περιλαμβάνει **θρεπτικές και υγιεινές** επιλογές. **Ενδεικτικά** σας προτείνουμε:
 - Φρούτα εποχής
 - Γιαούρτι
 - Σπιτικό κέικ/κουλουράκια
 - Σπιτική χορτόπιτα/τυρόπιτα
 - Τοστ/σάντουιτς με γαλοπούλα, τυρί χαμηλών λιπαρών και λαχανικά (πχ αγγούρι, μαρούλι, τομάτα)
 - Βραστό αυγό με ψωμί/παξιμάδι, τυρί, ελιές, τομάτα
 - Κουλούρι τύπου Θεσσαλονίκης/σισαμοκούλουρο/καβρουμά
 - Φυσικό χυμό
 - Κρέμα/ριζόγαλο
 - Μπάρες δημητριακών/κριτσίνια
 - Ελιόψωμο/σταφιδόψωμο

