

Vamos levantar Lawrence



LAWRENCE
Public Schools

**CAMPANHA DE ARRECADAÇÃO DE
ALIMENTOS - 19 DE NOVEMBRO.
TRAGA OS ITENS PARA A ESCOLA.**



Mais de 1.100 alunos das escolas públicas de Lawrence foram diretamente afetados pela recente perda do auxílio alimentar federal. Neste mês de novembro, nossas escolas estão se mobilizando para ajudar a suprir essa necessidade de crianças e famílias carentes. Junte-se a nós!

Entregue os itens necessários em qualquer escola do distrito USD 497 ou no Centro de Apoio Educacional do distrito (110 McDonald Drive).

Você também pode:

- Faça uma doação para a Just Food (www.justfoodks.org), que trabalha para manter os estoques de alimentos nas comunidades (escaneie o código QR para obter os links).
- Entre em contato com a Lawrence Schools Foundation para saber como você pode adotar uma escola e manter nossas despensas abastecidas: <https://lawrenceschoolsfoundation.org/donation-form/>
- Visite www.usd497.org/lift para obter informações adicionais e uma lista de recursos comunitários.

**Juntos, podemos apoiar nossos alunos, nossas escolas e
toda a nossa comunidade de Lawrence.**



ITENS NECESSÁRIOS

JUNTOS, VAMOS LEVANTAR LAWRENCE.

Grãos

- Cereal
- Aveia
- Massa (de qualquer formato)
- Arroz (embalagens individuais, instantâneas ou de cozimento rápido)
- Biscoitos
- Tortilhas (de milho ou de farinha)
- Miojo

Proteínas

- Feijões enlatados (feijão-carioca, feijão-preto, grão-de-bico)
- Feijões e lentilhas secos
- Carne enlatada/embalada (atum, frango)

Frutas/Vegetais

- Tomates enlatados (em cubos, tipo Rotel ou em pasta)
- Frutas/Legumes em Conserva
- Purê de maçã
- Frutas secas (passas, cranberries secas)

Outros produtos básicos

- Leite em pó ou de longa duração
- Barras de granola
- Pasta Sauce
- Caldo de legumes/frango
- Sopas enlatadas
- Temperos (alho/cebola em pó, cominho, pimenta em pó, sal/pimenta-do-reino)
- Manteiga de amendoim
- Macarrão com queijo de caixinha/Velveeta
- Maionese/Miracle Whip
- Kits de Refeição
- Sacolas/Sacolas de Compras



Para ideias de receitas rápidas e práticas para toda a família, da Equipe de Nutrição e Bem-Estar da USD 497:
www.usd497.org/lift