**Een fris, nieuw schooljaar vraagt om goede voornemens.**

**Meer groente eten, bijvoorbeeld.**

Groenten zijn onmisbaar voor onze gezondheid, maar kinderen eten ze vaak te weinig.

Terwijl groente juist voor kinderen in de groei belangrijk zijn. Ze helpen:

* tegen (welvaarts)ziekten;
* aan langdurige en geleidelijke energie;
* bij de concentratie op school;
* aan minder pestgedrag;
* bij betere leerprestaties.

Wist u dat kleine kinderen minimaal 100 gram groenten per dag moeten eten en vanaf

negen jaar 150 gram? Dat lukt vaak niet, omdat we in Nederland gewend zijn om alleen

’s avonds groente voor te schotelen.

Daarom is TommyTomato een groenterevolutie gestart. Ze leveren warme lunch boordevol

groente op basisscholen, om kinderen een extra groentemoment op de dag te geven.

Ook op onze school kan uw kind met TommyTomato lunchen. Elke lunch is vegetarisch,

getest door kinderen en bevat minimaal 60 procent van de dagelijks aanbevolen

hoeveelheid groente.

Heeft u hier interesse in? U kunt uw kind aanmelden via [tommytomato.nl/aanmelden.](about:blank)