

இமாம் ஷாஃபி (ரஹ்) மெட்ரிக் மேல்நிலைப் பள்ளி

அதிராம்பட்டினம்



CIRCULAR NO : 04

DATE: 26/06/2023

அஸ்ஸலாமு அலைக்கும்,

அன்பார்ந்த பெற்றோர்களே,

தாங்கள் தங்கள் குழந்தைகளுக்கு கொடுக்கும் சிற்றுண்டி உணவுகளில் உடலுக்கு தீங்கு விளைவிக்க கூடிய உணவுகளான சிப்ஸ், லேஸ், குர்குரே மற்றும் எண்ணெயில் பொரித்த சமோசா, முறுக்கு, மிச்சர், பனிக்கூழ் போன்ற உணவுகள் உள்ளன. இது போன்ற உணவுகளை உட்கொள்வதால் தொண்டையில் கட்டி, கொலஸ்ட்ரால் அதிகரிப்பு போன்ற நோய்கள் தாக்குவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம் உள்ளன. ஆகவே, தங்கள் குழந்தைகளுக்கு உடலுக்கு ஆரோக்கியம் விளைவிக்கக் கூடிய வைட்டமின்கள் நிறைந்த காய்கனிகள், சிறு தானியங்கள் மற்றும் புரோட்டீன் அதிகமுள்ள சுண்டல் போன்ற வீட்டில் சமைத்த பொருட்களை சிற்றுண்டி உணவாக கொடுத்தனுப்புமாறு பள்ளியின் சார்பில் அறிவுறுத்தப்படுகிறது.

இப்படிக்கு,

பள்ளி நிர்வாகம்

R. Roqia
26/6/23