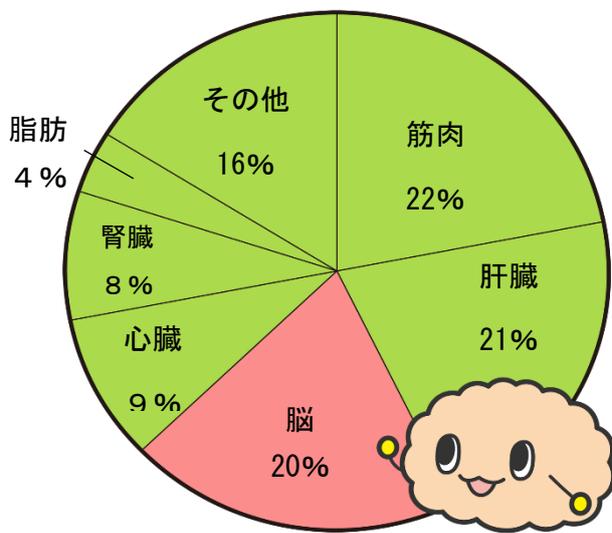


5月 給食だより

令和6年5月
上三川町立学校給食センター
☆お家の人と読みましょう

新学期が始まりひと月がたちました。新しい学年にも慣れ始めてきた様子がかがえます。

朝ごはんをエネルギーをチャージして元気に毎日をお過ごししましょう。



脳は大食い

脳はずっと動き続けている心臓よりもたくさんのエネルギーが必要です。

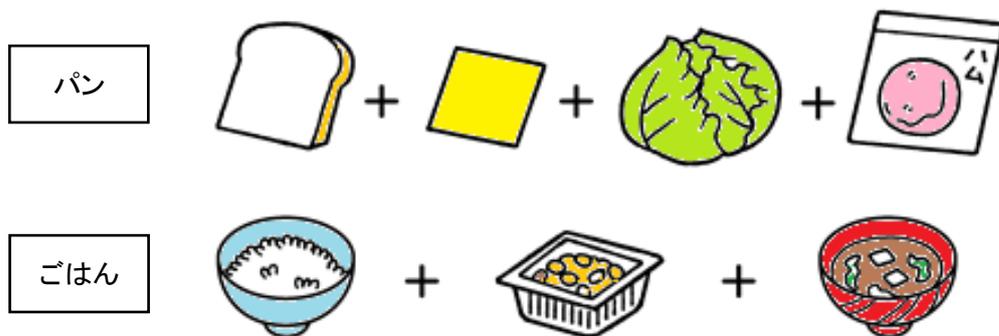
朝起きたとき、わたしたちの脳はエネルギーが不足しています。

午前中の授業に集中するために朝ごはんは大切です。



▲体のエネルギー消費量のグラフ

チャレンジ！ 自分でできる朝食



家にあるもので朝食づくりにチャレンジしてみましょう♪