

# ランチメール<sup>9/5</sup>

なつやす

お

がっき

きゅうしよく

夏休みが終わり、2学期の給食も

今日からスタートです。

みなさんは休み中、毎日朝ごはんを  
食べていましたか？

夜ふかしして朝ごはんを抜く日が  
多かった人もいるかもしれませんね。

朝ごはんは1日を元気にすごす  
ための体と頭のスイッチをオンにします。  
しっかり食べて登校しましょう。

こんげつ たくひょう  
今月の目標は...

あさ たいせつ  
朝ごはんの大切さを  
知ろう

バランスよく食べよう

