

Un petit déjeuner équilibré pour les CP

Le mardi 16 avril les élèves de CP ont bénéficié d'une animation en classe proposée par la municipalité de Brest, afin de faire prendre conscience de l'importance d'un petit déjeuner équilibré.

Après une première intervention (le 9 avril) sur les familles d'aliments, l'intervenante a débuté son animation en recensant les types d'aliments consommés au petit déjeuner.



Puis, nous nous sommes dirigés vers le réfectoire et nous avons partagé un petit-déjeuner équilibré bio.





Des céréales (pas trop sucrées), des tartines de pain, des fruits secs (amandes, abricots) des oranges, du lait, des yaourts, du cacao, du sucre complet (rapadura), du jus de pomme... Que de bonnes choses !!!





Pourquoi un bon petit déjeuner ?

- Pour réfléchir, apprendre, travailler à l'école
- Pour jouer, courir, sauter, faire du sport, du jardinage, de la musique...

Un grand merci à Monsieur Louis pour avoir mis à disposition le réfectoire.