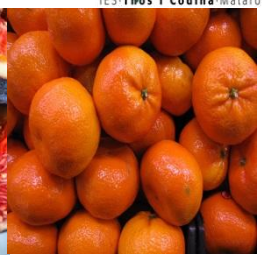

Els alumnes de primer d'ESO estem treballant a tutoria com ha de ser un esmorzar saludable.

És important que contingui aliments d'aquests grups:

1.- Làctics 2.- Cereals 3.- Fruita

A partir d'una fitxa hem observat que la gran majoria **no menja fruita pel mati**. Així que els mateixos alumnes han decidit que **tots els dimarts portaran fruita per esmorzar**.

Us animeu a fer esmorzars saludables???