



大埔崇德黃建常紀念學校

2025/2026 上學期 早餐會

(2025/2026 年度第四號)

親愛的家長：

一份健康早餐可以協助提供人體所需的營養，供給我們能量來應付日常活動。早餐可以使我們集中精神及頭腦靈活，因而增加學習能力，更可以幫助身體健康生長。按研究顯示，進食早餐的學童在上課時較能集中精神及留心聆聽，他們的閱讀能力、記憶力及理解力都有所提升。

為鼓勵學生繼續養成良好的生活習慣，本校現於上學期舉辦三次早餐會，希望透過這項活動，培養學生養成每天進食健康早餐的習慣，讓他們得以健康成長和提升學習效率。

「早餐會」之安排：

(一)日期：4/9（星期四）、2/10（星期二）、6/11（星期四）

(二)時間：上午 8:00 - 8:15

(三)地點：各班課室

請家長於早餐會當天替 貴子弟準備一份營養早餐帶回學校

如有任何疑問，歡迎向健康及環境教育組姚榮昌主任查詢(電話 26535565)。

健康是生活的泉源，健康飲食習慣必須從小開始培養。就讓我們一起攜手合作，為孩子們「吃得健康、學得愉快」而努力！

大埔崇德黃建常紀念學校

校長王永成

二零二五年九月一日