

宜蘭縣壯圍鄉壯圍國民小學活動成果

- 一、活動名稱：營養教育講座－長高增鈣飲食
- 二、主講人：慶豐團膳呂雅萍營養師
- 三、時間：104年5月5日
- 四、地點：禮堂
- 五、辦理單位：教學事務處-午餐股
- 六、參加對象：一至六年級學生
- 七、參加人數：194人
- 八、活動說明：由慶豐團膳公司之營養師到校進行營養教育宣導。除了認識六大類食物，也告訴小朋友應該要均衡飲食，才能健康成長。也讓學生知道攝取奶類食物的好處，以及要多食用含鈣量高的黑芝麻、小魚乾、海帶芽等食物，才易獲取鈣質以利長高。
- 九、活動照片：



填表人：吳宜環