

Start the Day with School Breakfast!

Did you know that your school offers a healthy breakfast every day? Help make sure students are ready to learn by starting the day with school breakfast!

Why eat school breakfast?



Increased Productivity

Students who eat school breakfast have better attendance rates, improved behavior, decreased tardiness, and are more likely to have better comprehension and memory in class.



Better Health

School breakfast can help protect students against obesity and other negative long-term health outcomes. It can also stop hunger-related tummy aches and headaches, decreasing visits to the school nurse.



Easier Mornings

Eating school breakfast helps save money and gives families one less thing in the morning to worry about! Students can reliably eat a healthy, balanced meal every day.

School breakfast is available to all students, every day.

School breakfast includes fruit or vegetables, whole grains, and protein, making a nutritious start to the day.

Breakfast location: Sentinel Elementary District 71

Breakfast time: 8:00 a.m.

Menu can be found at: www.sentinelesd.org



¡Empieza el día con un desayuno escolar!

¿Sabía que su escuela ofrece un desayuno saludable todos los días? ¡Ayude asegurándose de que los estudiantes estén listos para aprender comenzando el día con el desayuno escolar!

¿Por qué comer el desayuno escolar?



Productividad incrementada

Los estudiantes que desayunan en la escuela tienen mejores índices de asistencia, mejor comportamiento, menos tardanzas y es más probable que tengan mejor comprensión y memoria en la clase.



Mejor salud

El desayuno escolar puede ayudar a proteger a los estudiantes contra la obesidad y otros resultados negativos de salud a largo plazo. También puede detener los dolores de cabeza y dolor de estómago relacionados con el hambre, disminuyendo las visitas a la enfermera de la escuela.



Mañanas más fáciles

¡Comer el desayuno escolar ayuda a ahorrar dinero y da a las familias una cosa menos de qué preocuparse por la mañana! Los estudiantes pueden comer de manera confiable una comida saludable y balanceada todos los días.

El desayuno escolar está disponible para todos los estudiantes en su escuela. El desayuno escolar incluye frutas o verduras, granos integrales y proteínas, lo que hace que empiecen bien el día.

Hora del desayuno: Escuela de Sentinel

Lugar del desayuno: 8:00 a.m.

El menú se puede encontrar en: www.sentinelesd.org

