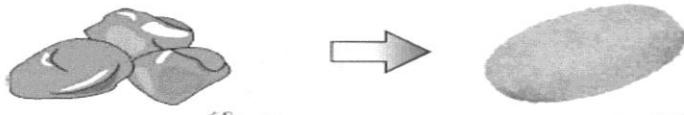


## 7月9日 (月)



チキンレバーカツには、にわとりのレバーが入っています。

レバーは脂肪が少なく、たんぱく質が多いです。また、血をつくる鉄も多く含まれています。



鶏レバー

チキンレバーカツ

クイズ6 今日の給食のチキンレバーカツにはカレー粉が使われている。○か×か。

① ○ ② ×

## 一口メモ

○今日の主菜は「チキンレバーカツ」です。チキンレバーカツの原材料は、けい肉、にわとりのレバー、たまねぎ、パン粉、小麦粉、でんぷん、さとう、しお、香辛料（カレー粉）です。カレー粉の風味がきいて食べやすいです。

○金曜日の6時間目に4, 5, 6年生が参加する

学校保健員会がありました。

健康委員会が「みんなが健康にすごせるように食事、すいみん、運動の大切さをよびかけ よう」を一年間のめあてとして活動しています。「健康は、規則正しい生活から」をテーマに 委員会の児童が考えた生活アンケート結果からみえる生活の様子をもとに改善策など考えて発表しました。



発表後グループで話し合い感じたことを発表しました。4年生は「のどがかわく前に水分をとりたい」「これからは時間に気をつけて早くねる」などで、5年生は「寝る前にはテレビでなく読書をしたい」「8時間すいみんをとりたい」などで、6年生「ねる時間を早くしたい」「できるだけ早くねたい」でした。上田校医先生のお話と参加された保護者の方のご意見は後日お伝えします。

きょうのこんだて  
チキンレバーカツ  
ケチャップに  
キャベツときゅうりのサラダ  
コッペパン  
いちごジャム  
ぎゅうにゅう

（おもにエネルギーのもとになる）  
き なたねあぶら、じゃがいも  
サラダあぶら、さとう  
コッペパン  
いちごジャム

（おもにからだをつくる）  
あか チキンレバーカツ、ぶたにく  
ぎゅうにゅう

（おもにからだのちょうどい）  
みどり たまねぎ、にんじん、さんどまめ  
トマト、キャベツ、きゅうり



チキンレバーカツ

校長先生の  
あいさつPTA会長の  
あいさつ

たまねぎ	大阪府	にんじん	熊本県	きゅうり	愛媛県
じゃがいも	熊本県	キャベツ	大分県	三度豆(冷)	タイ

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①