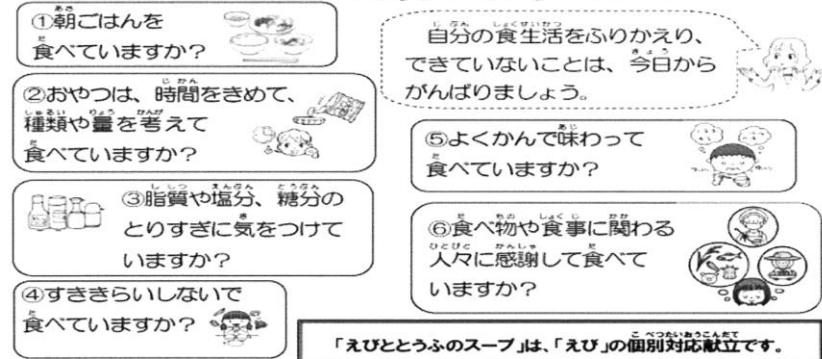


12月7日 (金)

自分の食生活を見直そう



きょうのこんだて

あげしゅーマイ
えびととうふのスープ
もやしとコーンのピリからあえ
ごはん
ぎゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) なたねあぶら、ラー油、ごはん さとう
あ か	(おもにからだをつくる) にくしゅーマイ、えび、とうふ ぎゅうにゅう
み どり	(おもにからだのちょうしをととのえる) はくさい、しろねぎ、にんじん にら、しいたけ、もやし コーン

クイズ5 もやしとコーンのピリ辛あえに使われているピリッと辛い調味料は
何でしょうか。

① ラー油 ② トウバンジャン ③ 酢

一口メモ

○今週は「歯と口の健康強調週間」です。

今日のかむかむメニューは「ごはん」です。

一口30回意識してかんで食べましょう。

給食時間には「健康委員会」からも放送しますので、よく聞いてください。食後には、

歯みがきサンバの曲に合わせていつもよりていねいに歯をみがきましょう。

○先週1, 2年生が、なかよし畑で収穫したさつまいもを

家庭科室のオーブンでやきました。

出来上がったやきいもを2年生が包丁で切って、1年生の
分も合わせて60人分に切り分けました。

切ったやきいもは、1年生に渡すために2年生が作った

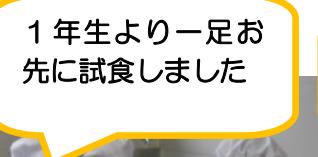
紙のケースに入れて、1年生に渡しました。



今週は、「歯と口の健康強調週間」です。よくかんで食べることを意識しましょう。



上手に切れました。



はくさい	茨城県	にんじん	長崎県	コーン(冷)	北海道
白ねぎ	鳥取県	にら	高知県	もやし	ミャンマー(工場:岐阜)

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①