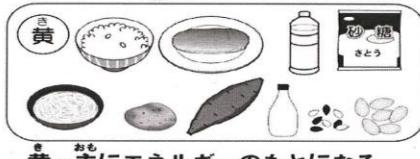
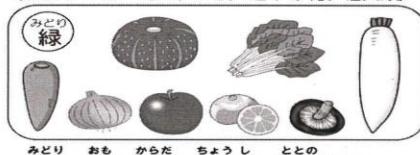


3月18日(月)

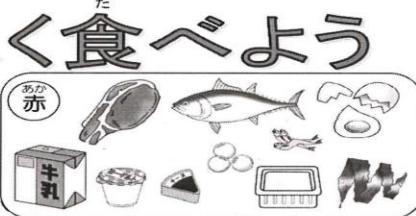
バランスよく食べよう



黄…主にエネルギーのもとになる
(ごはん・パン・めん・いも・油・砂糖・穀実類)



緑…主に体の調子を整える
(野菜、果物、きのこ類)



赤…主に体をつくる
(牛乳・乳製品、肉、卵、魚、大豆・大豆製品、海藻類)



きょうしょく こんだて
給食の献立は、3つの食べ物のグループがそろっています。
のこり 残さず食べましょう。

きょうのこんだて

チキンカレーライス
きんときまめとやさいのサラダ
ブチトマト
きゅうにゅう

き	(おもにエネルギーのもとになる) じゃがいも、サラダあぶら マヨネーズ、ごはん
あか	(おもにからだをつくる) けいにく、きんときまめ きゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん セロリー、にんにく キャベツ、きゅうり ブチトマト

一口メモ

クイズ12

チキンとは日本語で何を意味しているでしょうか。

① 鶏肉

② 豚肉

③ 牛肉

○今日の副菜は「きんとき豆とやさいのサラダ」です。

きんとき豆は、いんげん豆のなまます。いんげん豆は、
ほっかいどう おも さんち
北海道が主な産地です。

今日の給食では、きんとき豆を蒸して、キャベツ、きゅうりと
あわせています。食べるときにマヨネーズをかけて食べま
しょう。きんとき豆もカルシウム、鉄、食物せんいがとれます
いえ た しょくひん
家でも食べたい食品です。

○金曜日に5年生が、6年生の理科の観察で学習するじゃがいもをなかよし畑に

植えました。じゃがいもは、地下茎で土の中にある
茎の部分です。芽がでているじゃがいもを半分に
き くさき も はい う
きって、草木を燃やした灰をつけて植えました。



また、2年生が3年生の
理科の学習で使用する
キャベツも少し大きくなつ
ていました。



にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	きゅうり	宮崎県
じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	セロリー	香川県

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①