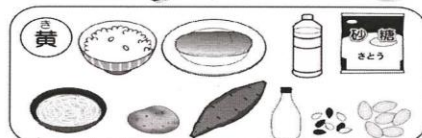
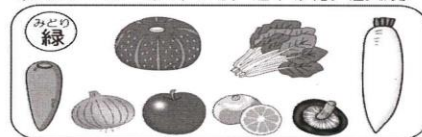


3月 18日(月)

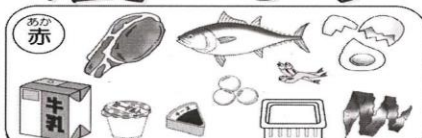
バランスよく食べよう



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、種実類)



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、海そう類)



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。
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
ぎゅうにゅう

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 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) 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のでしょうか。

- 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、いんげん豆のなかまです。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。

きょう きゅうしよく まめ む
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
合わせています。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

切って、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っ

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 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①