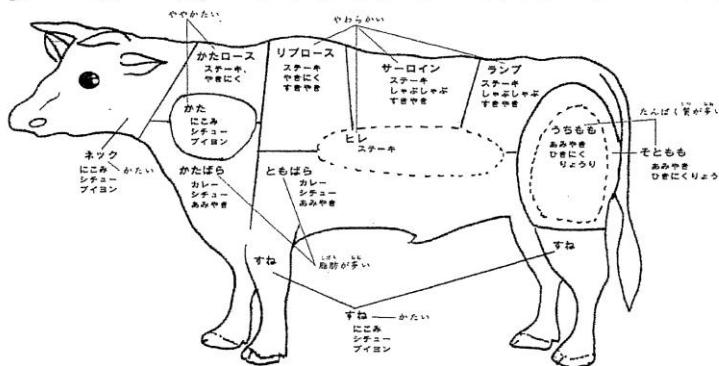


1月分の給食【1/8(水)~1/31(金)】

1月21日(火)

牛肉



牛肉は、牛の体の部分によって、味やふさわしい料理がちがいます。

きょうのこんだて

ビーフシチュー

キャベツのピクルス

りんご

ごまパン

きゅうにゅう

あ (おもにからだをつくる)

か (ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・

ふんまつチーズ)

き (おもにねつやちからのもとになる)

ごまパン・じゃがいも・さとう・

サラダあぶら・こむぎこ

み (おもにからだのちようしをととのえる)

たまねぎ・にんじん・グリンピース・

キャベツ・りんご

クイズ9 次のうち、りんごをたくさん育てている県は、どこでしょう？

①岡山県

②青森県

③福岡県



一口メモ

- 今日のビーフシチューには、「ばら」の部分が合うようです。
- 給食調理員さんに、毎日の給食の運搬・返却、食べっぷりなどについて、上福の子どもたちのよさを聞いてみました。

- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつが、毎日しっかり言えていることです。特に、顔を見て、気持ちを通い合わせられるのがうれしいです。
- ・1年生から6年生まで、毎日食べ残しがないことです。これには、本当に感心しています。食べてくれないと悩んでいる、他の学校の給食調理員さんの話を聞きます。給食調理員冥利に尽きます。
- ・遅く返しに来た時でも、「遅くなって、すみません」と声掛けをして、丁寧に食器などを置いてくれることです。

- インフルエンザやノロウイルスなどから身を守るために、一番大切なことは「手洗い・うがい」です。それと普段から健康でいるために「早寝・早起き・朝ごはん」「排便」などの基本的な生活習慣を実践しましょう。まずは今日から、石けんで十分泡立てて、手を洗いましょう。



産地調べ

じゃがいも	北海道	にんじん	鹿児島県	キャベツ	長崎県
たまねぎ	兵庫県	グリンピース(冷)	アメリカ	りんご	青森県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳カップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②