

1月20日(月)

こうはく
紅白なます

細かく切った野菜などを甘酢で味つけした料理を「なます」といいます。

紅白なますは、にんじんとだいこんでお祝いの色である紅白を表しています。



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
ちくせんに
ひじきまめ
こうはくなます

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、あぶら、さとう、でんぶん
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、けいにく、けずりぶし、だいす、ひじき
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) ごぼう、れんこん、さんどまめ、しいたけ、だいこん、にんじん

一口メモ

クイズ8 犬糧の別名を荷というでしょうか。
① すずな ② かぶ ③ すずしろ

○今週は、「給食・食育週間」です。児童朝会で校長先生

からお話をありましたように、給食は、今から131年前に

山形県鶴岡町で始まりましたが、戦争で一時中断されました。

戦争が終わって、アメリカなどから物資の援助があり、再び

給食が始まりました。今週は、特に給食が食べられることの大

切さを感じて、給食にかかわる全ての人に感謝しましょう。

また、食育に関する本を福島図書館から借りました。各クラス

に回覧します。食育の本をたくさん読みましょう。

○先週、2年生に「食に関する指導」を行いました。「よくかむことをいしきしよう」をめあてに



おこな
じっけん
行いました。かむ実験をして、「あご
うご
が動く」「つばがでる」ことに気づき
ました。よくかんで食べると6つの
いいことがあることを学習し、これ
からやってみることを書きました。
「30回かもうと思う。あじがよくわ

かるようにがんばる」「かたいものを食べようと思いました。かたいものは30回、やわらかいものは20回かもうと思います」「家でも学校でもよくかんで食べる」「毎日30回いしきする」などでした。

【おまけクイズ】 131年前の給食は、おにぎりと塩さけとあと1品なんだったでしょうか。

- ① つけもの ② みそしる ③ ぎゅうにゅう

ごぼう	青森県	にんじん	鹿児島県	しいたけ(乾)	愛媛県
だいこん	鹿児島県	れんこん	徳島県	さんどまめ(冷)	タイ

ごみの分別口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③ おまけクイズ：①