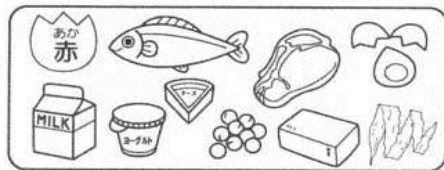


4月分の給食【4／9(水)～4／30(水)】

4月15日(火)

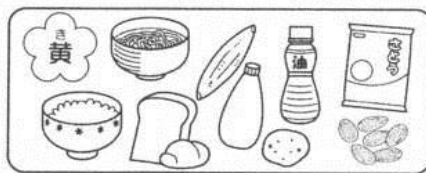
3つのグループの食べ物



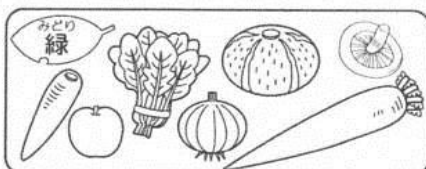
赤…主に体をつくる
(牛乳・乳製品、肉、卵、魚、大豆・大豆製品、海そう類)



給食の献立は、赤・黄・緑の3つのグループがそろっています。バランスよく食べましょう。



黄…主に熱や力のもとになる
(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)

きょうのこんだて

けいにくのからあげ
ちゅうかスープ
キャベツとさんどまめのあますあえ
ごはん
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・けいにく・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・でんぶん・あぶら・ワンタンのかわ・さとう
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる) しょうが・にんにく・たまねぎ・もやし・にんじん・にら・しいたけ・キャベツ・さんどまめ

クイズ 5 給食には、「赤・黄・緑」のなかまの食べものが必ずあります。○か×か。

①○

②×

一口メモ

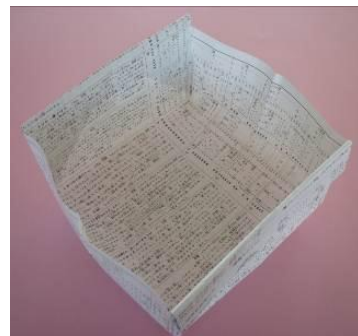
今週は「食育週間」です。

○4月の給食は9日から始まりました。今日で5日目です。給食の準備や後片付けなど、始めが肝心です。一つ一つのことをわかったつもりにならず、ていねいに確かめながらしましょう。

○上福の給食になくてはならないのが「紙箱」です。牛乳のキャップやジャムの袋などと、プラゴミとの分別にとっても役立っています。いらなくなった紙類を有効活用しています。今、各学級で使っているのは、現在中学2年生の手作りです。中学1年生の人たちは、紙箱とナフキンをプレゼントしてくれました。

○きれいな柄のナフキンを、各学年2枚ずつ、ミシンで縫ってくれました。うっかりナフキンを忘れてしまった時の貸し出し用です。優しい配慮ですね。

これは、昨年度の「6年生を送る会」での、6年生から1～5年生へのプレゼントです。みんなが楽しく給食を食べられるようにという、やさしい気持ちが伝わりますね。



産地調べ

鶏肉	鹿児島県	たまねぎ	佐賀県	にんじん	鹿児島県
にんにく	青森県	もやし	種:ミャンマー	にら	高知県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え: ①