

10月 6日 (火)

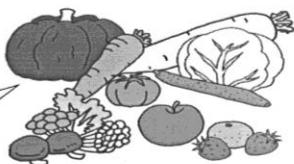
みどり 緑のグループの食べ物の働き

からだ ちょうし ととの はたら
おもに体の調子を整える働きがあります。

①かぜをひきにくくします。

②おなかの調子をよくします。

③はだをじょうぶにします。

みどり 緑のグループの食べ物は、
やさしい くだもの 野菜、果物、きのこです。

きょうのこんだて

パンプキンパン
ぎゅうにゅう
けいにくのガーリックやき
ぶたにくとやさいのスープに
りんご

き	おもにエネルギーのもとになる パンプキンパン オリーブゆ、じゃがいも あぶら
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
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、キャベツ にんじん、グリンピース マッシュルーム、りんご

クイズ4 ガーリックは日本語で何というのでしょうか。

①しょうが

②しそ

③にんにく

一口メモ

○5年生が理科の発芽実験の学習を行った

インゲンマメの芽を6月になかよし畑に植えました。

管理作業員の佐々木さんに支柱を立ててもらって

栽培していました。夏ごろにかわいい白い花が咲きました。

ました。その後、インゲンが実っているのを見つけました。

○今日のデザートは、これからしゅんを迎えるりんごです。

きゅうしょく あおもりけん
給食のりんごは、青森県

さん 産のサンつがるです。

いぜん あおもり でまえじゅぎょう
以前、青森りんごの出前授業

に来ていただいたときに「1日

いしゃ とお
1このりんごは医者を遠ざける」

と教えていただきました。りんごには、整腸作用などがあり、

からだにいいくだものです。上福島小学校でも今年は、数個のりんごが実りました。

キャベツ	長野県	たまねぎ	北海道	マッシュルーム(水煮)	茨城県
にんじん	北海道	じゃがいも	北海道	グリンピース(冷)	アメリカ

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③