

5月分の給食【5/1(木)~5/30(金)】

# 5月7日(水)

## すききらいなく食べましょう

た もの  
食べ物には、わたしたちの体に  
必要な栄養素が入っています。し  
かし、ひとつの食べ物に、すべて  
の栄養素がバランスよく入ってい  
るわけではありません。

ひとくち  
一口でも食べるよう  
にしてみましょう。  
きらいなものでも、は  
じめから取りのぞかず、  
食べてみましょう。



クイズ 3 えだまめ(枝豆)とは、ある豆が成長する途中の、まだ未熟な若い豆を食べています。成熟すると、豆の色は緑色ではありません。さて、その豆はなんでしょう。

①いんげん豆

②だいす(大豆)

③あづき(小豆)

### 一口メモ

〇4日間の連休は、楽しく過ごすことができましたか？5日ぶりに学校に来ると、少しずつ植物が成長していることや、変化していることがわかりますね。



さて、これは何の花かわかりますか？かわいらしい、うすい紫色の花です。



昨年の「上福のはっさく」は、109個収穫できました。ということは、109個以上の花が咲いたことになります。さて、今年は？



青虫がむしゃむしゃ食べています。



来週は「食育週間」です。じっくり観察してほしいと思います。

### 産地調べ

じゃがいも	鹿児島県	にんじん	徳島県	もやし	種:ミャンマー
たまねぎ	長崎県	グリンピース(冷)	アメリカ	枝豆(冷)	台湾

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

### きょうのこんだて

にくじやが  
もやしのあまずあえ  
えだまめ  
ごはん  
ぎゅうにゅう

(おもにからだをつくる)

あ ぎゅうにゅう・ぎゅうにく・  
か けずりぶし

(おもにねつやちからのもとになる)  
き ごはん・じゃがいも・  
サラダあぶら (めんじつ)  
さとう

(おもにからだのちょうしをととのえる)  
み たまねぎ・にんじん・  
どり グリンピース・もやし・  
えだまめ