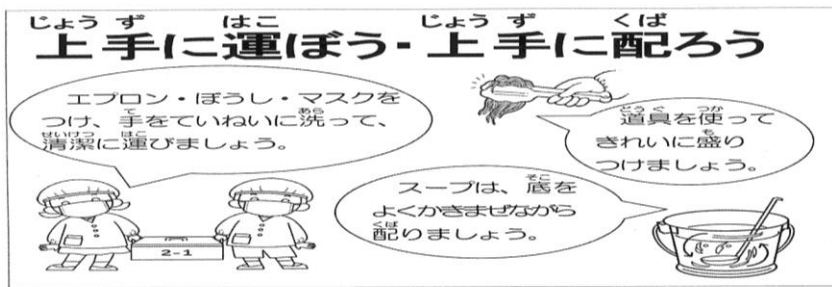


4月23日(金)



きょうのこんだて

こくとうパン(1/2)
きゅうにゅう
やきそば
きゅうりのしょうがづけ

き	おもにエネルギーのもとになる こくとうパン ちゅうかめん、あぶら さとう
あか	おもにからだをつくる きゅうにゅう ぶたにく、きざみのり
みどり	おもにからだのちようしをととのえる キャベツ、たまねぎ ピーマン、にんじん きゅうり、しょうが

クイズ11 きゅうりが生まれたのはどこの国でしょう。
① 中国 ② エジプト ③ インド

一口メモ

おおさかふ か いめ きんきゅうじたいせんげん はつれい
○大阪府に3回目の緊急事態宣言があさってにでも発令され
る予定です。大阪府では、昨日も1000人を超える人が
新規に新型コロナウイルスに感染していました。



きんきゅうじたいせんげん で あいだ とうこうじこく じ ふん
緊急事態宣言が出ている間は、登校時刻が10時35分

です。いつもより2時間遅くなります。生活のリズムがくず

れやすくなることが予想されます。基本的な生活習慣を

ととの ぜんえきりよく たか かみふくしょうがっこう と
整えることで免疫力も高まります。上福島小学校で取り

組んでいる「早ね、早起き、朝ごはん、はいべん」を行って、

コロナウイルスに負けない体を自分で作っていくようにしましょう。

きょう きゅうしよく
○今日の給食は、「やきそば、きゅうりのしょうがづけ」です。

いぜん まいにちしよくいくつうしん か しよくじ やさい
以前の毎日食育通信にも書きましたが、食事に野菜をしっかりと

と い めんえきりよく たか きょう きゅうしよく
取り入れることで、免疫力も高まります。今日の給食では、

キャベツ40g、たまねぎ37g、ピーマン18g、にんじん10g

きゅうり30gとひとり135gの野菜を使っています。家での食事

もひとり100gの野菜をめやすに使うようにしましょう。



きゅうり	宮崎県	にんじん	熊本県	ピーマン	宮崎県
たまねぎ	佐賀県	キャベツ	愛知県	しょうが	高知県

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③