

5月14日(金)

すききらいしないで食べよう！

食べ物には、いろいろな栄養素が含まれていますが、
すべての栄養素を含む食べ物はありません。

いろいろな食べ物が力を合わせて
みんなの健康を守ってくれています。

苦手なものも少しずつ
チャレンジしよう！



きょうのこんだて

ごはん
ぎゅうにゅう
ちくわのいそべあげ
あつあげとさといも、さとう
あつさりキャベツ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん、こむぎこ、 あぶら、さといも、さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、ちくわ、 けいにく、あおのり、 あつあげ、けずりぶし
みどり	おもにからだのちようしをととのえる たまねぎ、にんじん、 むきえだまめ、キャベツ

クイズ7 ちくわはあるものを材料にしています。それはなんですか。

- ① とりにく ② だいず ③ さかな

一口メモ

今週は、「生活ふり返し週間」です。

〇昨日、1年生がなかよし畑に「ピーマン」の
苗を植えて、ポップコーンの種をまきました。
4月にはなにわの伝統野菜の鳥飼なすを



植えました。
放課後に「今日
畑で土をさわって
楽しかった」と話してくれる子
もいました。実がなったら家庭に
持って帰ってもらいます。



〇今日の主菜は「ちくわのいそべあげ」です。

ちくわは、魚のすり身から作られています。給食室でちくわを



ちくわ

切って、水、小麦粉、青
のりで作った衣をつけて
油であげます。衣に青
のりを使っているの
で「いそべあげ」といいます。



青のり

キャベツ	兵庫県	にんじん	徳島県	つなこんにゃく	群馬県
たまねぎ	兵庫県	さといも(冷)	大分県	むきえだまめ(冷)	台湾

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③