

# 6月13日（金）

## にんにくのパワー



にんにくには  
すごいパワーが  
あるよ！！

にんにくには強い香りがあり、肉や魚のくさみを消し、食欲をわかせる働きがあります。

にんにくの香りのもと、アリシンによるもので、ビタミンB<sub>1</sub>と結びついて疲れをとる働きがあります。

### きょうのこんだて

ぶたにくとやさいのあまみそいため  
たまごとトマトのスープ  
もやしのごますあえ  
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・ぶたにく・けいらん・
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・サラダあぶら・さとう・でんぷん・ごまあぶら・いりごま(しろ)
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) キャベツ・ピーマン・しょうが・にんにく・たまねぎ・トマト・たけのこ・にら・にんじん・もやし

クイズ 10 にんにくはエジプト時代より、薬として、また魔除けとして使われてきました。では、にんにく嫌いでは

- 一口メモ 名なのは？ ①えんまだいおう ②ドラキュラ ③ゆうれい

○今日から3日間、6年生が1年生の教室を訪問して、一緒に給食を食べます。待ちに待った「よろしく給食」です。登校班が同じなら、顔と名前はわかりますが、1年生は、何かとお世話になる6年生全員の顔と名前を覚えてほしいと思います。



○来週から、「食育週間」が始まります。成長しているのは子ども

1年生が一人一人、みんなに励まされながら、うんていを右から左へ渡っていきます。たくましく成長しています。

たちだけではありませんよ。「上福のびわ」に続いて、「上福のすもも」が赤く大きく成長しています。そして、他の果樹の実も日に日に大きくなっています。しっかり観察しましょう。



じょうろを新しくしていただきました。

どの学年かが収穫して、全校に回覧します。

### 産地調べ

キャベツ	愛知県	たまねぎ	大阪府	にら	高知県
ピーマン	高知県	トマト	熊本県	にんじん	長崎県

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：②