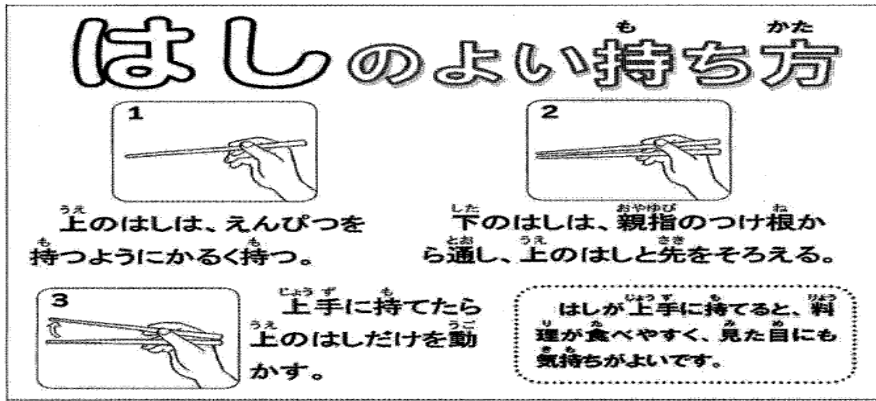


# 2月6日(月)



## きょうのこんだて

ごはん  
ぎゅうにゅう  
すきやきに  
もやしとささみのいためもの  
きゅうりのゆずふうみ

き	おもにエネルギーのもとになる ごはん あぶら、さとう
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、ぎゅうにく とうふ、ささみ
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる しろねぎ、はくさい まいたけ、もやし にんじん、きゅうり、ゆず

クイズ 4 「はしだけで食事をする国は、日本だけである」 ○でしょうか×でしょうか。

① ○ ② ×

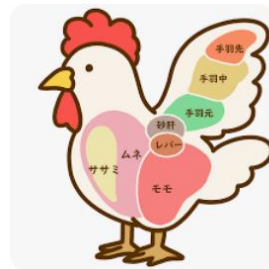
## 一口メモ

○児童朝会で校長先生は「今週水曜日にひさしぶりにマラソン大会があります。運動場で行っている練習の成果がでるようにがんばりましょう。」と「今日の朝礼に



参加しているみなさんは、健康だと思えます。健康は、あたりまえだと思っているかもしれませんが、けがや病気などになることもあります。健康になるためにも体をきたえて元気にすごしましょう。」と話されました。

○今日の副菜は、もやしとささみのいためものです。いためものに使用しているささみは、けい肉です。むね肉に近い部位がささみです。ささみは、脂肪分が少なく、体を作るもとになるたんぱく質が多くふくまれています。



○1年3組の子が読んで教えてくれたおすすめの本の紹介です。

「おきなおなべとちいさなおなべ」は、大きなおなべはスープやスパゲッティをゆでるのに使って、小さなおなべは、にものなどを使い分けていることがわかったことがよかったと教えてくれました。

白ねぎ	埼玉県	はくさい	愛知県	まいたけ	新潟県
にんじん	鹿児島県	きゅうり	高知県	とうふ(冷・大)	愛知県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：①