



上福島小学校 食育通信

令和5年度6月食育週間【6／19(月)～6／23(金)】

一口メモ

○今週は、6月の食育週間です。食育通信をタブレットで見ることができるようになっています。毎日のキーワードからできる言葉をあててみてくださいね。

○上福島小学校では「早ね・早おき・朝ごはん・はいべん」の



きそく正しい生活習慣が身につけら

れるように学期に1回「生活ふり返り週間」を設けてい

ます。1学期は5月に「生活ふり返り週間」でした。



自分で生活目標を決めて1週間でふり返ります。6年生の

「早ね早起きできるようにがんばる」と目標を立てた子は、

「朝早く起きることができた。」おうちの方からは「早起きは

がんばっています。これから暑い日も増えて疲れもたまりやすくなるから早く寝て

睡眠時間をしっかり確保しましょう」とありました。きそく正しい生活習慣が身に

つけられるようにしていきましょう。

○今日の給食は、「パンプキンパン、牛乳、ウインナーの

ケチャップソース、スープ、キャベツとさんどまめのサラダ」



です。給食では、5月と6月に生の

さんどまめが使えます。今日は、

キャベツと合わせて手作りドレッシ

ングであえました。学習園には、

5年生が発芽実験をしたあとに植えたインゲンマメが

実っています。インゲンマメは、さんどまめのことです。



【クイズ】今日の給食のパンは、パンプキンパンです。パンプキンは、なんでしょうか。

答えは、明日の通信でお知らせします。

- ① にんじん ② さつまいも ③ かぼちゃ

昨日のクイズの答えです。②クリーム色です。オクラは、きれいな花を咲かせます。

