



上福島小学校 食育通信

令和5年度10月食育週間【10/16(月)～10/20(金)】

一口メモ

○今週は、10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しています。「しょくいく2がっき」のフォルダから見てください。

今月のキーワードもチャレンジしてくださいね。

キーワード



○昨日は、5年1組が家庭科の「食べて元気ごはんのみそ汁」の学習で、調理実習を行いました。

朝一番に、ごはん担当が、米を計量して、水にひたし、みそ汁

担当がにぼしの頭とはらわたを取って水につけました。

授業が始まって、米を火に

かけたり、だいこん、うす

あげ、白ねぎを段取りよく

切ったりして、ごはんのみそ汁

を作りました。できあがった料理をおいしそうに食べていました。だしでとったにぼしも食べていました。環境のことからもSDGsの考えに合っていてよかったです。

○今日の副菜は、さんどまめとコーンのサラダ〔ノンエッグドレッシング

です。ノンエッグドレッシングは、たまごが入っていないマヨネーズ

風味の調味料です。大阪市の給食では、たまごアレルギーがある

子ども食べることができるように、ノンエッグドレッシングを使ってい

ます。

○今月の食育週間も今日で終わりです。10月29日の運動会に元気に出られる

ように、「早ね・早おき・朝ごはん・はいべん」できそく正しい生活を送りましょう。

*きのうのクイズの答え②×です。食器は、6年ごとに入れかえをしています。

