



上福島小学校 食育通信 令和6年度1月食育週間【1／20(月)～1／24(金)】

一口メモ

○今週は、1月の給食・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。

今月のキーワードもチャレンジしてください。

○今週の給食・食育週間で健康委員会として「給食がんばりカード」を用意し、給食を残さずに食べる取り組みをしています。

毎日残さずに食べられてすべてに◎がついた人に健康委員会で1～3年生に

は、しおりをわたすことにしました。

4～6年生には、給食の量調節カードをわたそうと計画しました。

今日が最終日です。給食を残さずに食べて◎がつけられるようにがんばって食べましょう。

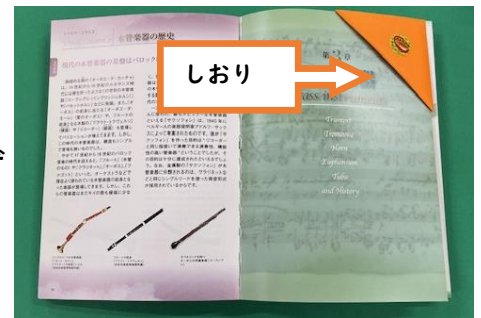
キーワード



1月20日(月)から1月24日(金)まで、給食週間です。しっかり食べて、元気なからだをつくりましょう。

※残さず食べたら「◎」 残してしまったら「△」をつけましょう。減らしても残さず食べることができたら、「◎」です。

	1/20 (月)	1/21 (火)	1/22 (水)	1/23 (木)	1/24 (金)
ごはん	ツツメうどん	CSA	パン	CSA	CSA
パン					
牛乳					
おかず	1 鶏肉、ほうれん草、人参、じゃがいも、トマト、きゅうり、たまご	2 スープ、鶏肉、ほうれん草、人参、じゃがいも、トマト、きゅうり、たまご	3 鶏肉、ほうれん草、人参、じゃがいも、トマト、きゅうり、たまご		



○食に関する指導で5年生は「和食のすばらしさを知ろう」で行いました。

和食のよさを学習し、最後に和食を未来に伝えるためにできることを書きました。

「これからも和食をいっぱい食べる」「自ら和食を作って、和食のよさを知ってもらう」

「栄養バランスのととのっている和食はとても健康的だと思います」「和食のよさをもっと世界に広めてたくさんの人に知ってもらおう」など書いていました。

○今日の給食の副菜は、くろまめのものです。1月の給食では正月の行事こん



だてに合わせて、おせち料理にあるおかずを出しています。今日のくろまめのにもものも、おせち料理です。

来週の紅白なます、くりきんとんもおせち料理のおかずです。



昨日のクイズの答え: ①大阪くろなです。東住吉区のあたりの野菜です。

