



上福島小学校 食育通信 令和6年度3月食育週間【3／10(月)～3／14(金)】

一口メモ

○今週は、3月の食育週間です。食育通信をタブレットで見る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。

○5日(水)に6年2組に「食品表示の見方を知ろう」をめあてに食に関する指導を行いました。加工食品など身近な食品にある食品表示からどんなことが読み取れるかを学習しました。最後に、これからやってみる

ことを書きま

した。「いつも買い物のときに、どの国から来たのかぐらしか見ていないので、これからアレルギーや賞味期限などを見て

買おうと思います」「あまり食品表示を見ていなかったの、これからは、見てみようと思った」「食品表示を見ながら上手に買い物をしていく」「買い物をするときに、食品表示を見たい。また手作りを、加工食品ばかりを食べないようにしたい」等書いていました。

○今日の給食にもデザートがついています。はっさくです。はっさくは、みかんのなかまです。165年前の江戸時代に広島県尾道市の因島にあるお寺で発見されたくだものです。はっさくには、かぜを予防したり、はだの調子を整えたりするビタミンCがたっぷり入っています。



【クイズ】 きょうのとうふのミートグラタンのあぶらっぽさをおさえるために入れた食品は、どれでしょうか。

- ① 上新粉 ② 大豆の粉 ③ パン粉(米粉)

答えは、明日の通信でお知らせします。

昨日のクイズの答え: ③ いちごは、長崎県産の恋みのりでした。



キーワード

