

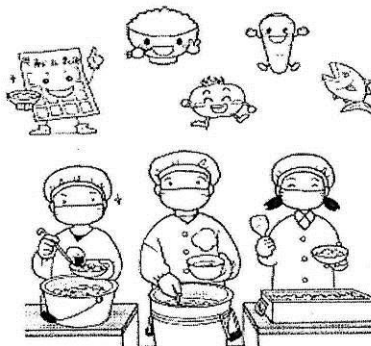
4月28日(木)

ぎゅう しょく

給食ってすごい！

給食は、みんなの心も体も健康に成長することができるように、栄養のバランスがとれた食事になっています。

また、日本各地の郷土食や外国の料理を通して、地域の文化や伝統などを知ることができます。



きょうのこんだて

にこみハンバーグ
コーンスープ
さんどまめのサラダ
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう ハンバーグ
き	(おもにねつやちからのもとになる)
さ	ごはん・サラダあぶら さとう
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	たまねぎ・キャベツ
り	スイートコーン・コーン にんじん・パセリ さんどまめ

「生活振り返り週間」です。

クイズ14 「三度豆」は、温かい土地では1年で三度とれることから、この名前がついた。

一口メモ

○か？ ×か？ ①○ ②×

○今日の学習参観では、1年生は保護者の方に、給食の準備や食べる様子を見ていただきます。4月11日の給食開始日から14日目、少しずつ経験を積み重ねて、だいぶんじょうずに準備や後片付けをできるようになりました。食事をするためには、いくつかのルールやマナーがあります。それらは多くの人と楽しく食事をするために必要な思いやりの心です。

心と体を育む16の法則

- ①つくえをならべる
- ②トイレ・てあらい
- ③3つのふくろのようい
エプロン・ぼうし・マスク
ナフキン・コップ・ハブラシ
- ④当番はせいれつ(給食室へ)
はいぜんだいをだす
はいぜんだいをふく
- ⑤コップにみずをいれる
- ⑥おぼん・はいぜん
- ⑦心をこめて「いただきます」
- ⑧へらす・ふやす
- ⑨しっかりたべる(もぐもぐタイム)
- ⑩心をこめて「ごちそうさまでした」
- ⑪しょっきをもどす
- ⑫エプロン・ぼうし・マスク・ナフキンのかたづけ
- ⑬菌みがきタイム・コップのみずすて
- ⑭3つのふくろのかたづけ
- ⑮つくえをもどす
- ⑯ろうかせいれつ(給食室へ)
はいぜんだいをふく
はいぜんだいをなおす

上福島小学校では、毎日残菜がありません。それは、決して当たり前のことではありません。みんなが残さないように意識しているからこそ、実現できます。1年生の時から、上福島の伝統をしっかり受け継いでいきましょう。

1年生は食べる量を自分で決めることは難しいです。でも、ほとんどの人がそれができるようになってきています。そして、できた時の顔は自信に満ちあふれています。



たまねぎ	長崎県	コーン(冷)	北海道	パセリ	静岡県
キャベツ	愛知県	にんじん	徳島県	三度豆(冷)	タイ

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：①