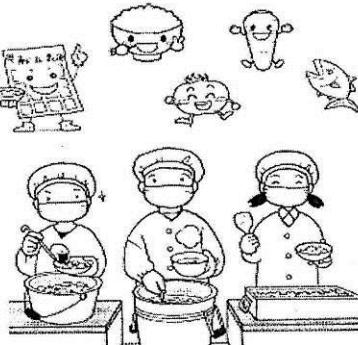


4月28日(木)

きゅう しょく

給食ってすごい!

きゅうしょく こころ からだ けんこう
給食は、みんなの心も体も健康に
せいちょう 成長することができるよう、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
を知ることもできます。



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
きゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	きゅうにゅう ハンバーグ
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・サラダあぶら さとう
み	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ・キャベツ
ど	スイートコーン・コーン
り	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 「さんどまめ」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ができるようになりました。食事をするためには、いくつも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)
はいせんたいをだす
はいせんたいをふく
- ⑤コップにみずをいれる
- ⑥おぼん・はいせん
- 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歯みがきタイム・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)
はいせんたいをふく
はいせんたいをなおす

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ることは難しいです。でも、ほとんどの人がそれを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