

1月分の給食【1/8(金)～1/29(金)】

1月16日(月)

ごぼう

ごぼうには、食物せんいが多く含まれています。

食物せんいには腸をそうじし、便通をよくする働きがあります。



きょうのこんだて

ポークカレーライス
ごぼうサラダ
みかん(かんづめ)
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・じゃがいも サラダあぶら・マヨネーズ
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	たまねぎ・にんじん・にんにく
り	トマト(かん)・グリーンピース ごぼう・きゅうり・コーン みかん(かん)

今週は「食育週間」「給食週間」です。

クイズ4 かんづめのみかんのうすい皮はどのようにしてむいているでしょう？

- ①人の手で一つ一つむいている。 ②機械でむいている。 ③薬品につけてむいている。

一口メモ

★今週は毎月第3週にある「食育週間」と、例年1月にある「給食週間」を合わせて取り組みます。今日児童朝会で、校長先生が説明しましたが、毎年1月24日～30日は「全国学校給食週間」です。これは、明治時代に始まった学校給食が第二次世界大戦で中断し、それが戦後再開されたことを記念するために始まりました。

★上福島小学校のみなさんは、食べ物や食べることに興味・関心をもち、いつも自分で決めた量をしっかり食べることができています。いつも残菜ゼロです。これは当たり前のことではなく、本当にすごいことです。さらに、校庭の果樹や栽培活動を通して、自然の力を実感し、自然の恵みをいただくことができています。

★毎日の給食を作っている給食調理員さんや給食にかかわる多くの方々、食べ物などへの感謝の気持ちを、言葉や態度で表しましょう。



じゃがいも	北海道	にんじん	愛知県	ごぼう	茨城県
たまねぎ	北海道	にんにく	高知県	きゅうり	宮城県

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：③