

2月10日(金)

マナーを守って



ふざけたり、大声を出したり、
「**食事中**」にふざわしくない話を
したりしない
ようにしよう。



楽しく食事をしよう

すききらいしないで
食べよう。



口に食べ物を入れたまま
しゃべらないようにしよう。



食べているとちゅうで
立ち歩かないように
しよう。



きょうのごんたて

ミートボールのケチャップに
ツナとやさいのソテー
やきじゃが
こくとうパン
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・にくだんご ツナ
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	こくとうパン・サラダあぶら さとう・じゃがいも オリーブあぶら
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	たまねぎ・にんじん・しめじ
り	むきえだまめ・キャベツ コーン・ピーマン

今週は「歯と口の健康強調週間」
です。

クイズ8 「ソテー」とは調理の方法のことです。どんな方法でしょう？

- ①かるくいためる。
- ②油であげる。
- ③蒸す。

一口メモ

★今日のかむかむメニューは「ツナと野菜のソテー」です。一口30回しっかりかみましよう。
その後は、しっかり歯をみがきましよう。
★4年生がはっさくを味わいました。上福島のはっさくを味わう姿は、1年生や5年生と一緒に
本当に大事そうに食べていました。皮にも興味をもっていましたね。



知らない学校へ行ってしまう
ナシの木
4年児童
ぼくが理科の学習で観察して
いた木が全く知らない小学校に
行ってしまふのはとても残念で
す。自分の小学校の校庭のゆた
かな木々がいなくなってしまう
と、毎年こうれいなのに、しゅ
うかくや観察ができなくなっ
てしまふのでとても残念です。
知らない小学校でも、楽し
く、おいしく食べてもらいた
いです。



あまずつぱかったザクロ
4年 児童
ぼくははじめてザクロを食
べました。そのときは、ぶど
うやみかんなどしかフルーツ
はわからなかったため、ザク
ロはしりませんでした。
(ザクロはおいしいかな)
と思ったけど、少しあまずつ
ぱくておいしかったです。ほ
かの学校にもらわれても、お
いしく食べてもらいたいで
す。

たまねぎ	北海道	しめじ	長野県	ピーマン	鹿児島県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	兵庫県	じゃがいも	北海道