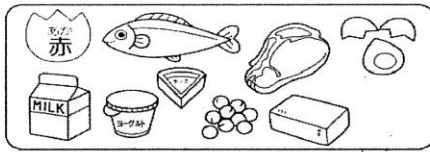
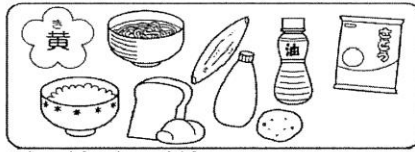


3月23日(木)

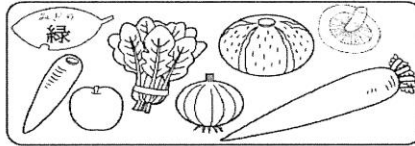
バランスよく食べよう



赤…主に体をつくる
(牛乳・乳製品、肉、卵、魚、大豆・大豆製品、海そう類)



黄…主に熱や力のもとになる
(ごはん・パン・めん、いも、油、砂糖、種実類)



緑…主に体の調子を整える
(野菜、果物、きのこ類)



給食の献立は、3つの食べ物のグループがそろっています。残さず食べましょう。

きょうのこんだて

さけのしょうゆバターやき
あつあげとじゃがいものにも
はくさいのおひたし
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・さけ・あつあげ けずりぶし
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん・バター・じゃがいも さとう
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	だいこん・たまねぎ・にんじん
り	さんどまめ・はくさい キャベツ

今年度最後の給食です。

クイズ15

きょう 今日で、今年度の給食が終わります。1年間で、何回ぐらい給食を食べたでしょう？

①150回ぐらい

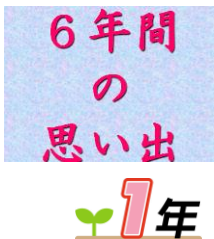
②170回ぐらい

③190回ぐらい

一口メモ

★昨日6年生が上福島小学校を巣立っていきました。その姿を4、5年生がしっかり見届け、とても心温まる卒業式でした。その中で、卒業生の1年生から現在に至るまでの「6年間の思い出」を映像で見ることができました。

★小学校6年間は心も体も大きく成長する時です。1年～5年の人はもうすぐ進級します。新しい一年を、毎日の生活習慣を整えて、よりよく生きていってほしいと思います。



ごみの分別

□普通ごみ…牛乳キャップ

□プラごみ…牛乳フード

クイズの答え：③