

5月7日 (月)

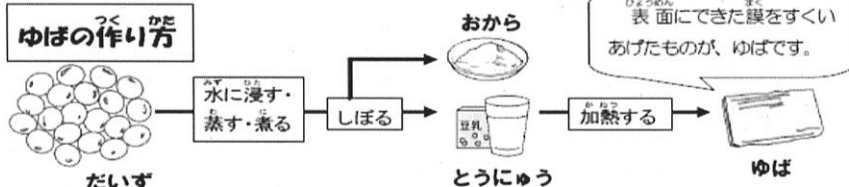
きょうのこんだて

ぶたどんぶり
ゆばのすましじる
やきじゃが
ぎゅうにゅう

ゆばは何からできているの？

ゆばは、大豆から作られる大豆製品です。

大豆は、消化をよくするためにいろいろな食品に加工されています。



き	(おもにエネルギーのもとになる) サラダあぶら、さとう、じゃがいも ごはん
あか	(おもにからだをつくる) ぶたにく、ゆば、かんそうわかめ だしこんぶ、けずりぶし ぎゅうにゅう
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) にんじん、たまねぎ、あおねぎ たけのこ(かん)、えのきたけ

クイズ3

大豆は何色のグループの食べ物でしょうか。
① 黄色 ② 赤色 ③ 緑色

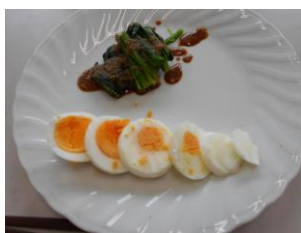
一口メモ

○児童朝会で校長先生が話されていましたが、今日は、「いじめについて考える日」です。

自分がつかれている時などに、つい心にもないことを発してしまうことがあります。相手にとって、その一言が一生のきずになるかもしれません。

まずは、自分の心と体をけんこうに保つことで、気持ちもおだやかにすごすことができます。そのためには上福島小学校で取り組んでいる「早ね、早おき、朝ごはん、はいべん」を毎日行っていきましょう。そうすることで、心も体もすこやかにすごすことができます。

○先週の水曜日に5年生が「たまごと青菜(ほうれん草)をゆでよう」で2回目の調理実習を行いました。ほうれん草はボールで洗って、根の方からふつとした湯に入れてゆでて、最後に、ごまだれをかけました。卵は時間をはかってゆでたまごにしました。



たけのこ	愛媛県	にんじん	長崎県	えのきたけ	長野県
たまねぎ	佐賀県	青ねぎ	徳島県	じゃがいも	鹿児島県

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②