

# きゅうしょくだより 2月号

おおさか しりつさな だ やましようがっこう  
大阪市立真田山小学校

がつ  
2月のもくひょう  
きょうりょく て ばや  
協力して手早く  
かたづけよう



おおさかしりつさなだやましようがっこう  
大阪市食育推進キャラクター  
「たべやん」



## 2月の給食より

みっか か せつぶん ぎょうじ  
★3日(火) 節分の行事こんだて

- ・いわしのしょうがじょうゆかけ
- ・ふくめに
- ・ごはん
- ・いりだいず
- ・ぎゅうにゅう



きせつ わ め りっしゅん ぜんじつ せつぶん  
季節の分かれ目のひとつである立春の前日を節分といいます。  
きせつ か め じゃき おに しょう  
季節の変わり目には、邪気(鬼)が生じるといわれており、その鬼を追い払  
い、無病息災を願います。



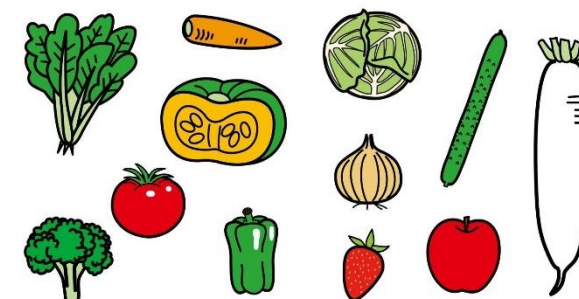
きいろ  
黄色の  
なかま



あかいろ  
赤色の  
なかま



みどりいろ  
緑色の  
なかま



おもに  
エネルギーのもとになる



おもに  
からだ  
体をつくるもとになる



おもに  
からだ ちょうし  
体の調子をととのえる



えいよう  
栄養バランスのとれた食事とは、黄・赤・緑、3色をまんべんなくそろえた食事のことを言います。

きゅうしょく まいにちかなら き あか みどり しょう  
給食は、毎日必ず、黄・赤・緑、3色そろえています。苦手な食べ物がある人は、少しずつでも食べるチャレンジをしましょう。