

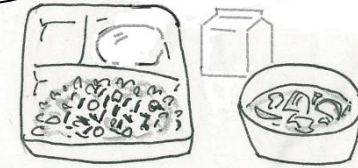
えいようだより 5月

平野区栄養教育推進事業
大阪市立長吉小学校
令和2年5月

5月のこんだてより

5月22日(金)

・かやくごはん ・みそ汁 ・まっ茶ういろ



関西では、たきこみごはんや五目
ごはんをかやくごはんとよびます。

食べものはたらきを知ろう！

食べものには、わたしたちの体を元気にしてくれる大切なはたらきがあります。
食べものは、そのはたらきによって、赤・黄・緑の3つのグループに分けることができます。
3つのグループの食べものをバランスよく組み合わせて、すききらいしないで食べるようにしましょう。

