

給食だより

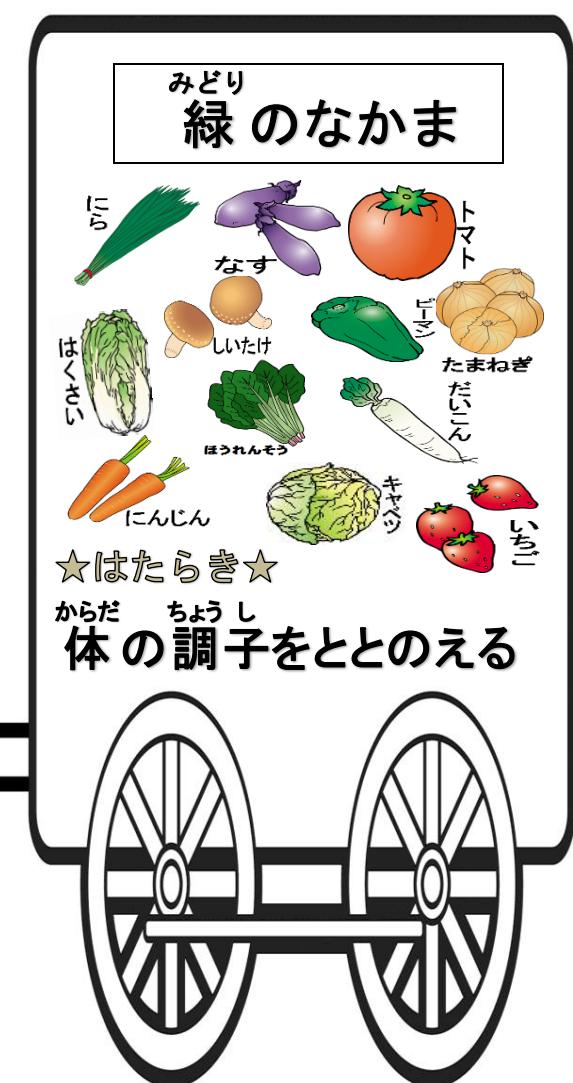
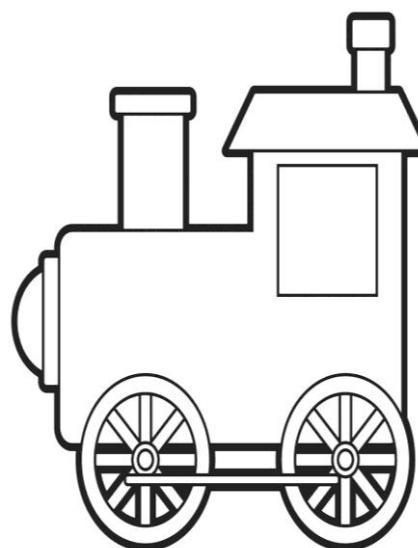


れいわ
令和2(2020)年5月
おおさか し りつみなみ つ もりしょうがっこう
大阪市立南津守小学校

たもの はたら 食べ物の働きをおぼえよう!!

けんこう からだ
健康な体をつくるためには、いろいろな食べ物を組み合わせて食べることが大切です。

きゅうしょく
給食では、からだをよくする「黄・赤・緑」がそろっています。黄・赤・緑の食べ物をおぼえて、おうちの食事でも3つのなかまをそろえましょう。



季節の食べ物

かわちばんかん

かわちばんかんは熊本市河内
まち はっけん 町で発見されたみかんのなかまで
す。グレープフルーツのように、果
じゅう 汁 がたっぷりでさわやかな甘みが
あります。



さんどまめ (さやいんげん)

さやいんげんは成長が早く、「1年に3度もそれ
る」といわれることから、さんどまめとよばれています。
まめ さやと豆をいっしょに食べる豆と野菜のよいと
ころを合わせもった食べ物です。春から夏においしい
やさい 野菜です。給食では、5月と6月だけ
れいとう 冷凍ではない、生のものが使われます。

