



ごちそうさま



No.3 平成26年6月30日

長尾小学校 食育だより



暑い日が続きます。食中毒に気を付けて過ごしましょう。食べ物は、私たちの命のもとです。体を良くするのも悪くするのも食べることに関係しています。「食べる」という字は「人」に「良い」と書かれています。

6月は、食べ物について、少し考えてみましょう。次の7つの絵は、「学校給食の目標」になっています。



健康を保つ



感謝



食習慣



明るい社交性を養う



食文化



生産・流通



自然環境

☆6月19日(木)食育の日の献立

ごはん 牛乳
ごぼうと牛肉の炒め煮（主菜）
梅干し（副菜）
厚揚げのみそ汁（汁物）

梅干しは、疲れた体に元気を与え、体力回復にも効果があります。
食中毒を防ぐ働きもあります。

1年生は苦手な子どもも多かったようです。

牛乳

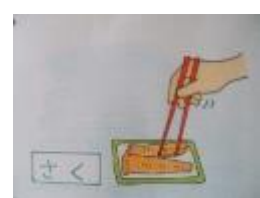


和食

☆おはしはべんりな^{どうぐ}道具です！☆

低学年に給食時間におはしの便利さを伝えました。どの子どもも、上手にお皿のおかずを寄せて、きれいに食べられるようになりました。

おうちでも、上手に使えるように、きれいに食べられるように、練習されて下さい。



今月は、3つの栄養の働きがあることについて、おはなししたいと思います。



☆今月のクイズ



前回の答え . . . さくらんぼ