

きゅうしょくだよ!

平成27年5月号
菟野町教育委員会



吹く嵐もさわやかな、過ごしやすい季節になりました。新学期が始まり、1か月がたちました。5月は、休みの日が多く、生活リズムが乱れやすくなる時期です。疲れをためないよう、「草履・草履き・朝ごはん」をこころかけ、元気に過ごしましょう。



15月の給食目標!

好き嫌いをく何でも食べよう



私たちは食べものからいろいろな栄養素をもらい、笑きくなり、元気に毎日を過ごしています。好き嫌いをして栄養がたよると、体のどこかに弱いところができます。好き嫌いをせず、いろいろな食べものを食べるようにしましょう。

好き嫌いをへらすために...



★まずは一口食べてみよう



★自分で野菜を育てたり料理を作ったりしてみよう



★旬のものを食べよう



★おなかをすかせてから食べよう



毎日にち 毎日、朝ごはんを食べよう!

朝ごはんを食べると、健康中に下がった体温が上がり、体が活動しやすい状態になります。まだ脳にエネルギーが供給されるので脳が活発に働きだします。

朝ごはんを食べないと授業に集中できず、疲れやすい、おなかがいっぱい、気持ち悪いなど体調不良に悩むこともあります。

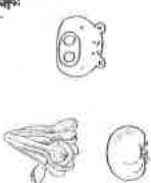
※ 毎食、第3米・金曜日は、菟野町や三重県でとれた食料が豊富に登場します



みえ地物一番給食の日

じものいちばんきょうしょく

- 5月4日 (木) 大豆のカレー煮 → 三重県産の「豚肉」「大豆」
- 小松菜サラダ → 福井県産の「小松菜」
- トマト → 三重県産の「トマト」
- 15日 (金) ツナちんぽう → 福井県産の「鰯」「小松菜」
- みそけんちん汁 → 福井県産大豆で作った「豆腐」「味噌汁」



お弁当 給食について

5月はお弁当向けの給食メニューを取り入れていきます。家から持ってきたお弁当箱に給食をつめて、教室や運動場などで食べます。実施する時は担任より連絡がありますので下記の準備をお願いします。

- <実施予定日> 5月8日(金) 12日(火) 22日(金) 26日(火)
- <実施する時の持ち物> 空のお弁当箱、お弁当袋、しき物、おはしなど

お知らせ

