

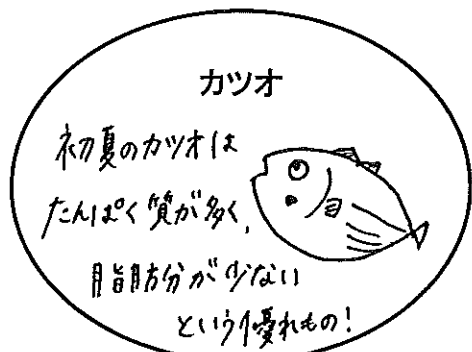
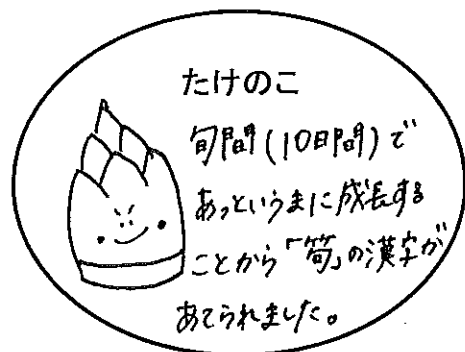
給食だより

平成27年度 5月号
西能美学校給食共同調理場

新緑が目にまぶしい、さわやかな季節になりました。
新学期がはじまり、もうすぐ1か月ですね。子どもたちは新しい環境に慣れてきたころでしょうか。

さて、もうすぐゴールデンウィークが始まります。旅行や行楽など、楽しい予定もたくさんですが、体調を崩しやすい時期でもあります。日頃から『早寝、早起き、朝ごはん』で元気な体をつくりましょう！

5月のたべもの



★ひとくちだよりから★ ~4月分~

- 4/6 (月) 今日から新学期！今年もおいしい給食、期待しています！！【三高小3-A】
- 4/7 (火) ほくは、やさいがきらいだけどおいしくたべています。【中町小3年 ずいずい!!】
- 4/8 (水) きなこあげパンがあるなら、きなこあげパンを出してください。【鹿川小3年】
- 4/10 (金) 今日のイチゴは旬物ですっごくおいしかったです！！【能美中2-1】
- 4/13 (月) のっぺい汁がおいしかったです。キャベツがきらいだけど、今日の給食のはおいしかったです。【大古小5年】これからは、いっしょにがんばろう、工夫していきます。
- 4/14 (火) にくじゃがにはいっているじゃがいもがおいしかったです。【三高小2年】
- 4/15 (水) みんなラーメンをつつと口に吸い込まれるように食べていました。【能美中3-1】
- 4/16 (木) 野菜のえいようがたっぷりでおおいしかったです。【大古小1年】
- 4/17 (金) ほくはハンバーグが大好きです。昨日もハンバーグでした。すごくおいしかったです。【鹿川小5年】ハンバーグ、人気メニューですね。

今年度から大古小も仲間に加わりました。色々なコメントをいつもたのしみに読んでいます！

食べ物の働きを知ろう！

人も動物も食べものを食べて生きていますね。食べることは生きていくことの基本です。わたしたちの体は食べものに入っている栄養素によってつくられています。病気やけがに負けない強い体になるにはきちんと食べることが大切。そして「体の栄養」だけでなく、家族や仲間と一緒に話しながら楽しく食べることが「心の栄養」にもなり、みんなの元気につながるのです。

まずは

3つのグループをそろえましょう

- おもに血や肉となり、体をつくるもとになる食べもの (赤)
- おもにエネルギーとなり、体を動かすもとになる食べもの (黄)
- おもに体の調子をを整え、病気にかかりにくくなる食べもの (緑)

献立表にものっています

