



# 食育だより2月号



令和5年2月 白山市立蕪城小学校

雪の朝は寒いですね。そんな時こそ、朝ごはんのパワーが必要です。ごはんやパンでエネルギーを蓄えて、みそ汁やスープでポカポカに温まるといいですよ。早ね・早おき・朝ごはんを守り、冬の野菜をたっぷり食べて牛乳を飲んで、風邪やウイルスに負けない抵抗力をつけて、コロナ禍の3度目の冬を乗り切りましょう。



すききらいをなくそう

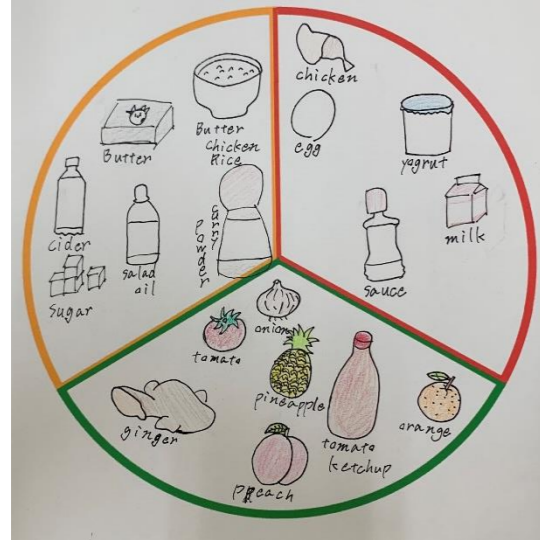
すききらいをすると、病気にかかりやすくなったり、成長が遅くなったりすることがあります。



きれいなものでも、ひと口だけ食べてみましょう。おいしいと感じることもあります。

## 2/3 外国語科の授業で考えたオリジナルメニュー★6A★

2月3日(金)の給食は、6Aの木村姫菜乃さん、小西杏奈さん、五影堂敦斗さん、坪野純大さんが考えたオリジナルメニューです。外国語科の授業で食材を使ったこんだてをグループで考え、英語で紹介しました。各クラス1点ずつ最優秀賞が選ばれ、2月は、アニメ「僕のヒーローアカデミア」からアイデアを出したバターチキンカレーの給食が登場します。授業であかのグループの食材をプレゼンした時の一文を紹介します。  
“Milk, chicken, eggs, and yogurt are in the red group.”  
(ぎゅうにゅう、とりにく、たまご、ヨーグルトはあかのグループです。)



Title Hiroaka Lunch  
Group(6) Member Hinano, Atsuto, Anna, Atsuhiko

Butter Chicken Curry

Butter Chicken Rice

Fruit Punch  
Nata De Coco

### きれいな食べ物が すきになる☆魔法☆

もしも、きれいな食べ物に出会ってしまったら.....

- ① まず、目で見てあいさつをする「こんにちは」
- ② 次に、においをかいでみる「クンクン」
- ③ 次に、なめてみる「ペロペロ」
- ④ ちょっとだけ、かじってみる「ガリッ」
- ⑤ ひとくちだけ、食べてみる「ガブリ」

大丈夫！そのあと100回食べれば、すききらいがなおります！

きれいな食べ物でも、50回かめば  
だんだん好きな味に変化していきます。  
ふしぎ不思議ですね！