

2月給食だよ



令和3年2月
萩野台共同調理場

「節分」をすぎると「立春」です。まだまだ寒い日は続きますが、春が少しずつ近づいて来ています。インフルエンザやノロウイルスが流行りやすい時期ですが、うがいと手洗いをしっかりし、規則正しい生活で予防しましょう。

バランスのとれた食事をしよう!

給食は、すくすく成長するための大切なお昼ごはんです。

にがてな食べものが給食にでたら・・・ じぶんは、どっちかな?

きれいなものは
ぜったい
食べないからわ!



にがてだけど
チャレンジして
みよう!

どの食べものにも大切なはたらきがあります。

1月14日(木)の給食

キャベツのしおこんぶあえ

- ◆キャベツ、◆もやし
- ◆きゅうり、□しおこんぶ

とりにくのおいだれ

- とりにく、○でんぷん、○あぶら
- さとう、◆しょうが
- ◆にんにく、◆りんご

○ごはん



□ぎゅうにゅう

だいこんのそぼろじる

- とりにく、□うすあげ
- あぶら、○でんぷん
- ◆だいこん、◆えのきたけ
- ◆こまつな、◆ほししいたけ

きいろのグループ

○がついたしよくひん



からだ
体をうごかす

エネルギーになります

あかのグループ

□がついたしよくひん

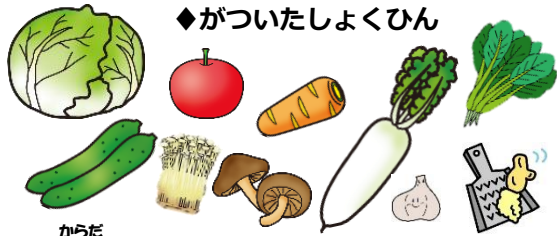


からだ

体をつくるもとになります

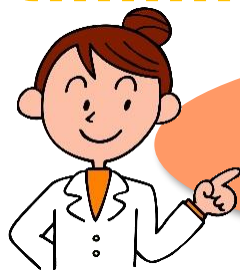
みどりのグループ

◆がついたしよくひん



からだ

体のちょうしをととのえてくれます



給食には、いつも3つのグループのたべものがそろっています。

これが、バランスのとれた食事です。

にがてな食べものにもチャレンジして、すききらいが少なくなるといいですね。