

しょくいくメモは、日直さんが読んだり、教室にはったりしてね

1月29日のしょくいくメモ



ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかん
全国学校給食週間です！

わしよく ちゅうしん きゅうしょく
和食を中心とした給食に。

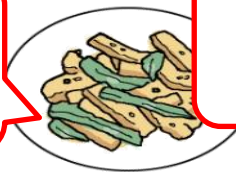
せかいむけいぶんかいさんとうろく りゆう
世界無形文化遺産に登録された理由の1つに
「栄養バランスがいい」ことがあります。

わしよく えいよう
和食の栄養バランスがよくなるヒミツは…

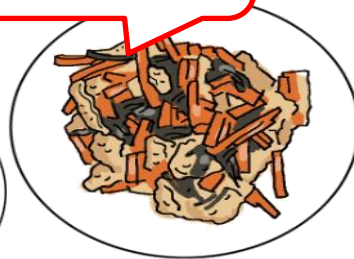
いちじゅうさんさい わしよく かたち
『一汁三菜』という和食の形にあります！

しゅしよく しゅさい ふくさい しるもの
主食1つ、主菜1つ、副菜2つ、汁物1つ

副菜①
やさい
きのこ・いも



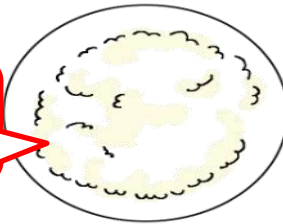
主菜1つ
にく・さかな



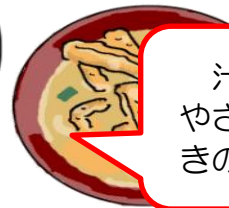
副菜②
やさい
きのこ・いも



主食1つ
ごはん



汁物1つ
やさい・まめ
きのこ・いも



いちじゅうさんさい しぜん えいよう
一汁三菜にすると、自然と栄養バランスばっちり！

今日の給食は	主食	一汁	三菜			しっかり食べよう！
			主菜	副菜①	副菜②	
	ごはん	かきたま汁	トビウオの さんが焼き	ほうれん草 のごまあえ	のりの佃煮	