

きょう きゅうしょくひとくち 6/1(月) 今日の給食一口メモ

きょう 今日(今日)のひとくちメモは、「給食(給食)の栄養(栄養)」についてです。

きょう ひさぶ きゅうしょく あじ 今日(今日)は久しぶり(久しぶり)の給食(給食)ですね。お味(お味)はどうか？

きゅうしょく こんだて せいちょう ひつよう えいよう かんが つく 給食(給食)の献立(献立)は、みんな(みんな)が成長(成長)するために必要な栄養(必要な栄養)を考(考)えながら作(作)っています。

た もの はたら おも わ ねつ ちから もと はたら おも 食べ物(食べ物)の働(働)きは、主(主)に3つ(3つ)のグルー(グルー)プに分(分)けられます。「熱(熱)や力(力)の素(素)になる働(働)き」「主(主)に体(体)を作る働(働)き」「体(体)の調子(調子)を整(整)える働(働)き」です。全(全)部(部)がそろえ(そろえ)ば栄(栄)養(養)満(満)点(点)の食(食)事(事)になります。献立(献立)表(表)を確(確)認(認)してみ(み)てくだ(くだ)さい。毎(毎)日(日)この3つ(3つ)の働(働)きの食(食)べ物(物)がそろ(そろ)って

かから つく はたら からだ ちょうし とどの はたら ぜんぶ えいようまんてん しょくじ いますね。し(し)か(か)し、栄(栄)養(養)満(満)点(点)の給食(給食)でも、残(残)してしま(しま)っては体(体)の栄(栄)養(養)にな(な)りませ(ませ)ん。

こんだてひよう かくにん まいにち はたら た もの 苦(苦)手(手)な物(物)でもま(ま)ずは一口(一口)食(食)べてみ(み)ま(ま)し(し)よう。

えいようまんてん きゅうしょく のこ からだ えいよう 前に食(食)べて「苦(苦)手(手)」と感(感)じた食(食)べ物(物)でも、大(大)人(人)にな(な)るにつ(につ)れて

にがて もの ひとくち た 苦(苦)手(手)な物(物)でもま(ま)ずは一口(一口)食(食)べてみ(み)ま(ま)し(し)よう。

まえ た にがて かん た もの おとな 前に食(食)べて「苦(苦)手(手)」と感(感)じた食(食)べ物(物)でも、大(大)人(人)にな(な)るにつ(につ)れて

「あれ？お(お)い(い)しい！」と感(感)じるこ(こ)とも不(不)思(思)議(議)と増(増)えてき(き)ますよ。

みんな(みんな)がそろえ(そろえ)ば
栄(栄)養(養)満(満)点(点)！



きょうの
もりつけ

きょう きゅうしょくひとくち 6/2(火) 今日の給食一口メモ

きょう 今日(今日)のひとくちメモは、「給食当番(給食当番)の身支度(身支度)」についてです。

きゅうしょくとうばん ひと はくい わす み つ 給食当番(給食当番)の人(人)は、白(白)衣(衣)、ぼうし、マ(マ)スク(スク)を忘(忘)れず身(身)に付(付)けてい(い)ますか？

け なか はい かみ(髪)の毛(毛)はぼうし(ぼうし)の中(中)にき(き)ち(ち)ん(ん)と入(入)ってい(い)ますか？

はくい っ からだ ふく っ け 白(白)衣(衣)やぼうし(ぼうし)、マ(マ)スク(スク)を付(付)けるこ(こ)とは、体(体)や服(服)に付(付)いてい(い)たごみ(ごみ)やほこり(ほこり)、かみ(髪)の毛(毛)や

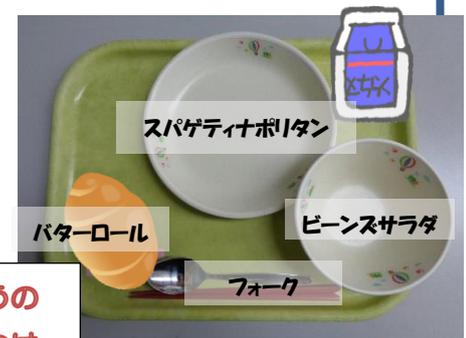
つば(唾)が食(食)べ物(物)に入(入)らな(な)いよう(よう)にするた(た)め(め)です。また、自(自)分の服(服)をよ(よ)ごさ(さ)ないた(た)め(め)でもあり

ます。み(み)ん(ん)な(な)で食(食)べる給食(給食)だ(だ)か(か)ら(ら)こそ、

せいけつ みじたく ひつよう きゅうしょくとうばん 清(清)潔(潔)な身(身)支(支)度(度)をす(す)る必(必)要(要)があ(あ)るの(の)です。給食(給食)当(当)番(番)は、

て あら みじたく とどの しっかりと手(手)を洗(洗)い、き(き)ち(ち)ん(ん)と身(身)支(支)度(度)を整(整)えてから、

はいぜん 配(配)膳(膳)しま(ま)し(し)よう。



きょうの
もりつけ