

食育だより

平成26年12月12日(金)

廿日市市立浅原小学校

ひろしま給食100万食プロジェクト～ご協力ありがとうございました～

「ひろしま給食」を家庭でも家族と食べて、みんなで100万食を目指すというプロジェクトです。家庭で「ひろしま給食」の献立を食べたときに学校でシールを貼ってもらっていました。11月21日(金)で集計期間は終了しました。合計は112枚でした。ご協力ありがとうございました。

ドレみそ♪レモン	2	たっぷりビビンバ	52
おこのみ丼	54	ねぎちり揚げ	4

食育の授業

12月3日(水)2年生と4年生に佐伯中学校の栄養士信末先生から、4年生「よくかんでたべよう」2年生「すききらいなく食べよう」の指導をしていただきました。

(1)4年生ではすめめをかんで、かむ回数と味と形の変化を見ました。

その後、堅い物を食べると良いこと①味がわかる②消化が良くなる③頭の働きが良くなる④むし歯を防ぐことを教えていただきました。

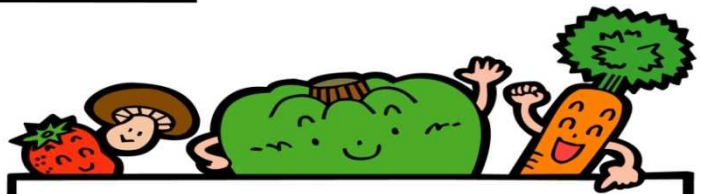


〈4年生感想〉今日は、学活でよくかんで食べようという勉強がありました。よくかんで食べると4つのよいことがあると分かりました。だからよくかんで4つのいいことを生かしたいです。あじがでるのでがんばりたいです。かたいものも食べたいです。



(2)2年生では最初に紙芝居「あっちゃんの宇宙旅行」を見ました。食品は働きによって赤・黄・緑に分けられることを教えてもらいました。

そして、その日の給食の献立を3つのグループに分けました。すききらいせずに食べることが元気な体をつくるということを学びました。



〈2年生感想〉

ぼくはやさいが「ちよとキタ」だたけど「おイム」
 手いしてきいろあかみどりの「グレ」のその
 とた「オホウカ」い「かめ」が、たの
 これからはやさいも「た」「う」
 にします



*5・6年生の食育の授業は3学期に実施予定です。

12月16日(火)バイキング給食

1月25日(日)の思い出給食(バイキング給食)の練習のためにバイキング給食を行います。

- 〈選択メニュー〉 ・「麦ご飯か、わかめご飯」
 ・「鶏肉のレモン煮か、魚の西京焼き」
 ・「いもいもサラダか、かみかみサラダ」



*配膳する1人分を見本で置いています。両方食べたい人は半分の量をとります。

〈必ずとるメニュー〉「汁物」「ウインナーと野菜のソテー」「いちご」 *変更になる場合もあります。

*1月25日(日)のメニューは事前アンケートの結果を参考にして後日決定します。