

11月1日(水)

今日の献立は ご飯 おから和風ハンバーグ 昆布ともやしの和え物 大根とにらのみそ汁 牛乳です。

【食品分類表】



読書週間コラボレーション給食の3回目
は「モヤモヤそうだんクリニック」からの
メニューです。「もやもやそうだんクリニッ
ク」は、256名の小学生から寄せられた
「なぜ?」「どうして?」に科学の知識とユー
モアで回答している本です。

「もやもや3」では勉強に集中するに
はどうしたらよいの?という悩みが寄せられ
ています。食事では、バランスよくしっかり
食べて体力をつけることが集中力を養
うのに大切です。

毎日の食事では食品分類表を参考にして、①から⑥の食品をバランスよく食べる事が大切です。

今日の献立には、各グループから複数の食品が使われています。