

食育だより

1月の給食目標

「感謝の心で食事をしよう」



ご協力、ありがとうございました！

11月25日は、手作り弁当日にご協力いただき、ありがとうございました。「自分でサンドイッチを作ったよ」「味付けに、塩を入れたよ」と教えてくれるお子さんもいました。子供たちが、自分ができる形でお弁当作りに参加できたこと、とても嬉しく思います。

5・6年生は、食生活改善推進員の皆様をお招きし、おかずの作り方を教えてもらったり、入れるおかずの計画を立てたりして、手作り弁当日 当日を迎えました。

食生活改善推進委員の皆さん



実際に人参を切りながら、半月切り、いちょう切り、拍子木切りなどを見せてくださいました。

作ったおかずを見せていただきました。給食後の講話でしたが、子供たちから「食べたい！」と声が上がりました。



2年生 じょうずな おやつ のとり方を知ろう

12月15日、河南学校給食センターの栄養職員 千葉先生による 食育の授業がありました。

給食の様子

「今日のカレーには何が入っていますか？」と、質問がありました。



上手におやつをとるポイントは、量を決めて食べること、時間を決めて食べること、組み合わせることであります。

