

給食だより5月号

2024年4月26日
町田市立三輪小学校

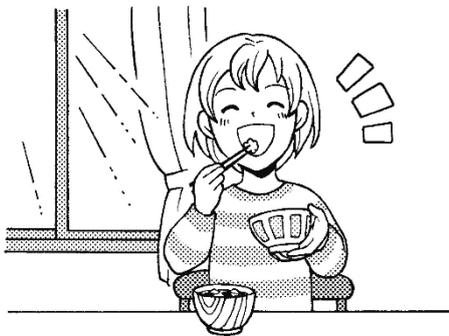


～今月の給食目標～ 食事マナーを身につけよう

新学期が始まってから、1か月が過ぎようとしています。新しい環境にも慣れてきた一方で、ゴールデンウィーク明けは疲れが出て体調を崩しやすい時期でもあります。学校がある日はもちろん、休みの日にも早寝・早起きを心掛け、朝ご飯をしっかりと食べて1日を元気にスタートさせましょう。

★朝ごはんをたべよう

1日は朝ごはんから始まる



朝ごはんを食べると、エネルギーや栄養素を補給することができます。さらに体温を上げて脳や体を目覚めさせて、活動できる状態に切りかえます。また、胃や腸の動きをよくして排便を促し、便秘の予防に役立ちます。

1日を元気に始めるために、朝ごはんは欠かすことができません。毎日必ず、朝ごはんを食べてから登校するようにしましょう。

©少年写真新聞社2023

★旬の食材



新茶



新じゃがいも



新たまねぎ



グリーンピース



たけのこ

～旬を味わおう！～
5/29に2年生がそらまめの
さやむき体験をします。



そらまめ



アスパラガス



カラマンダリン



かつお

★食材の産地について（4月分）

こまつな	東京都	にら	茨城県	でこぼん	愛媛県
たまねぎ	北海道	はくさい		タロッコオレンジ	
大豆		ねぎ		しょうが	高知県
にんにく	青森県	だいこん	千葉県等	レモン	広島県
りんご		パセリ		じゃがいも	鹿児島県
アスパラガス	福島県	キャベツ	神奈川県	本さわら	韓国
きゅうり	群馬県	えのきたけ	長野県	いか	ペルー
もやし	栃木県	ぶなしめじ			
大豆もやし		にんじん	徳島県		