

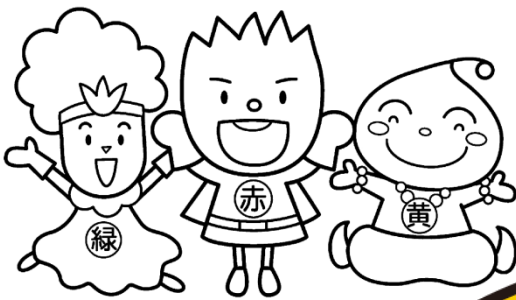
がつごう きゅうしょく 5月号 給食だより

平成 30 年 5 月
大阪府立西淀川支援学校

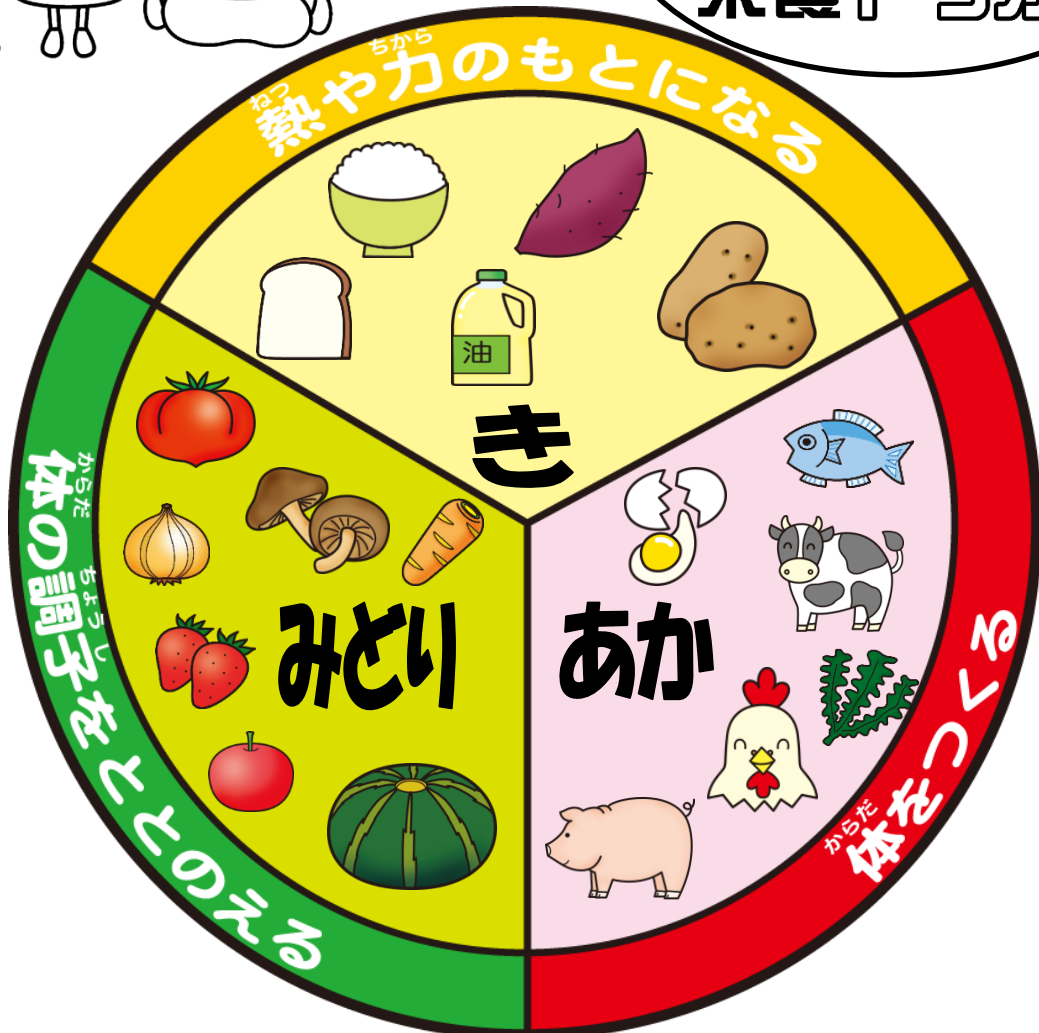
あたらしいねんどはしり、かかげつがたちました。がっこうせいかつなつかに慣れてきたころでしょうか？つかれがでやすいきせつになるとおもいますが、げんきすくすくするように、バランスのよいしょくじをこころがけましよう。

食べ物の3色わけとは？

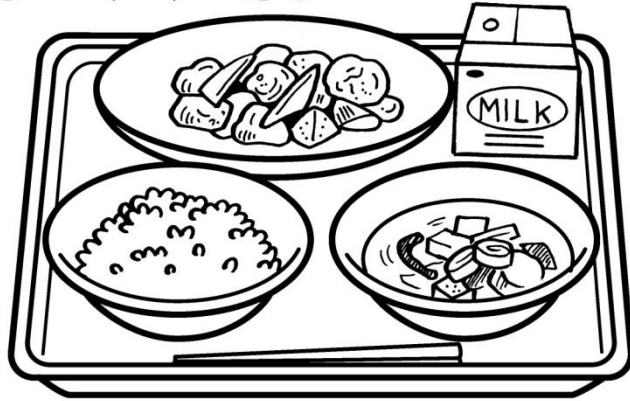
食べ物にはわたしたちのからだをげんきにしてくれるたいせつなはたらきがあります。そのはたらきによって、あか・き・みどりの3つのグループに分けることができます。その3つのグループの食べ物をバランスよくくみあわせて食べるようにしましょう。



あか・き・みどり
みんなそろって
えいよう
栄養トリオ!



きゅう しょく 給食の献立は ^{あか}赤・^き黄・^{みどり}緑がそろっています！



せいちょうき 成長期のみなさんが健康で元気に毎日 ^{けんこう}をすごせるように、おいしくて栄養 ^{げんき}バランスがよい献立 ^{まいにち}をつくっています！

たんご せつく 端午の節句



がついつか たんご せつく 5月5日は端午の節句で、こどもの ^ひ日ともいいます。

たんご せつく 端午の節句にはちまきやかしわも ^たちを食べます。

かしわもちに使われている「かしわ ^{つか}の葉」は新芽が育つまで古い葉が落ち ^はない事からあとつぎが絶えないよう ^はにという願いがこめられています。



ひ こんだて がつふつか 子どもの日献立は5月2日です！

<普通食>

ぎゅうにゅう 牛乳
ぎゅうにく 牛肉のちらしずし
すまし汁
ちまき

<段階食>

ぎゅうにゅう 牛乳
おかゆ
ぎゅうにく 牛肉きんぴら
すまし汁
くずもち

