

給食だより 11月号

令和元年 10月 31日
荒川区立第六瑞光小学校
校長 金子 陽子
栄養士 島津 由佳

日ごとに気温が低くなり、秋の深まりが感じられます。
今月も日本の実りの季節を感じさせてくれる食材を取り入れた献立を提供します。
こどもたちに食を通して季節を感じて味わう心を育てていきたいと思ひます。
また、学芸会とのコラボメニューも予定しています。お楽しみに。

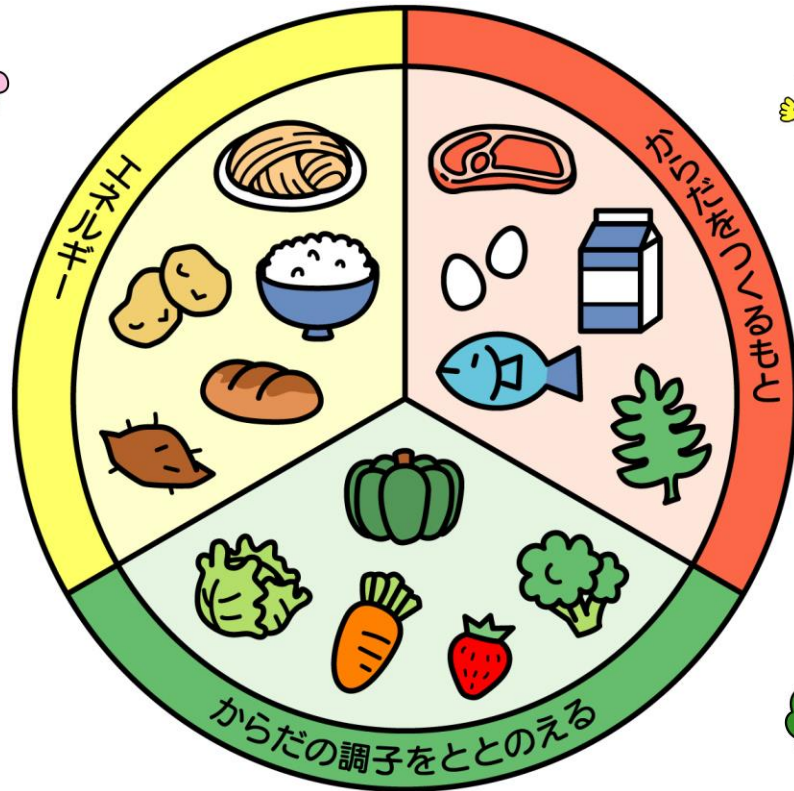
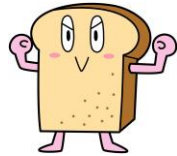
今月の目標

す きら た
『好き嫌いなく食べよう！』

わたしたちは食べ物を食べて元気な体を作るため、元気に活動するためのエネルギーを得て
います。食べ物は体の中での栄養の働きで3つのグループに分けることができます。

3種類偏りなく食べることで元気に過ごすことができます。

好き嫌いせず、色々な食べ物を食べるように心がけましょう。



11月8日はいい歯の日

1(い)1(い)8(は)の日にちなんで丈夫で健康な歯
を作り保つよう、歯ごたえのある食材・カルシウムを
多く含む食材を使ったメニューが給食に登場します。



BOOKメニュー

平成30年度に4年生が図書館にある本の内容からイメージして
ひとり1つずつ給食に出せるように工夫してメニューを考えました。
毎月1回ずつBOOKメニューが登場します。お楽しみに！！

(第6弾) 10月16日(水) 黒岩 誠斗 さん(5年)

カラフルピラフ 1人小さい魚のスープ ごまドレッシングサラダ

パインゼリー 牛乳



『スイミー』という本を読んで考えたそうで
す。

赤いスープにスイミーをイメージしたしめ
じの入ったスープが登場しました。

お知らせ

★ 11月から給食の内容の充実と給食費の負担軽減のため荒川区
よりお米の現物給付(2回目)があります(ごはん給食36回分)