

2月 給食だよ!

寒い日が続いています。2月は一年の中で最も寒い時期です。
体の抵抗力を高めるためにもバランスの良い食事や規則正しい生活を心掛け、ウイルスや寒さに負けずに
元気に過ごしましょう。

今月の目標

『さまざまな料理や食品の栄養について知ろう』

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。バランスよく食べて元気に過ごしましょう。

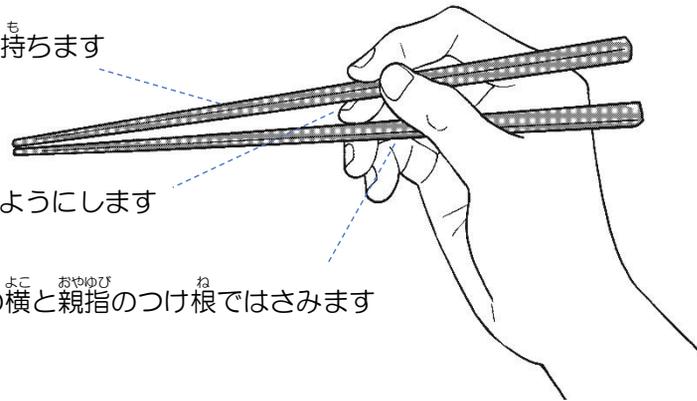


はしの正しい持ち方

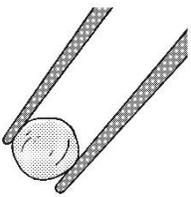
上のはしは鉛筆を持つように持ちます

はしの間に中指が入るようにします

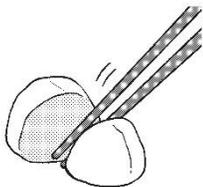
下のはしは薬指のつめの横と親指のつけ根ではさみます



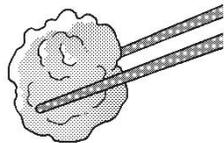
はしの役割



つまむ



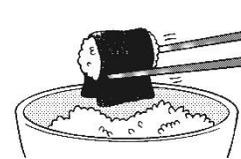
きる



はさむ



すくう



くるむ



混ぜる

給食当番の際の白衣の洗濯・ほつれの補修などご協力いただきましてありがとうございます。

週明けに白衣の持ってき忘れがないように給食当番で週末に持ち帰りましたら、ご家庭でも一声かけていただけると助かります。

安全な給食運営にご理解・ご協力よろしくお願いいたします。