

平成 30 年 10 月 30 日 (火)

中央学校給食センター

【献立名】 コッペパン 揚げパン (郡家小・飯野小) 牛乳
さつまいものシチュー 元気サラダ 焼きプリンタルト



【ひと口メモ】

元気サラダのひみつ

(健康によい食事のとり方)

「元気サラダ」は小学1年生の国語で習う「サラダで元気」に登場するサラダを実際に給食で再現したものです。お話の中で病気のお母さんのために、りっちゃんという女の子がいろいろな動物に助けをもらいながらサラダを作ります。お話を思い出してみましょう。りっちゃんがサラダを作っている時にしろくまから届いたでんぼうには、何を入れたらいいと書いてあったのでしょうか。正解は、「こんぶ」です。こんぶを入れるとかぜをひかないで、いつも元気だと、しろくまさんが教えてくれましたね。

元気サラダの中には、力のもとになる黄色、体をつくる赤、体の調子を整える緑の食べ物、そしてりっちゃんと動物たちのやさしさや愛情が全部入っているのです。だからりっちゃんのお母さんは元気になれたのでしょね。

寒くなり風邪をひきやすい季節になります。元気サラダを食べて元気な体をつくりましょう。

平成 30 年 10 月 30 日 (火) 第二学校給食センター

【献立名】 コッペパン 牛乳 カレービーンズ さといものフリッター
元気サラダ&ミニトマト



【ひとロメモ】

元気サラダのひみつを知ろう

(健康によい食事のとり方)

「元気サラダ」は小学1年生の国語で習う「サラダで元気」に登場するサラダを実際に給食で再現したものです。お話しの中で病気のお母さんのために、りっちゃんという女の子がいろいろな動物に助けをもらいながらサラダを作ります。お話しを思い出してみましょう。りっちゃんがサラダを作っている時にしろくまから届いたでんぼうには、何をいれたらいいと書いてあったでしょうか。・・・(3秒まって答えを言ってください)。正解は、「こんぶ」です。こんぶを入れるとかぜをひかないで、いつも元気だと、しろくまさんが教えてくれましたね。

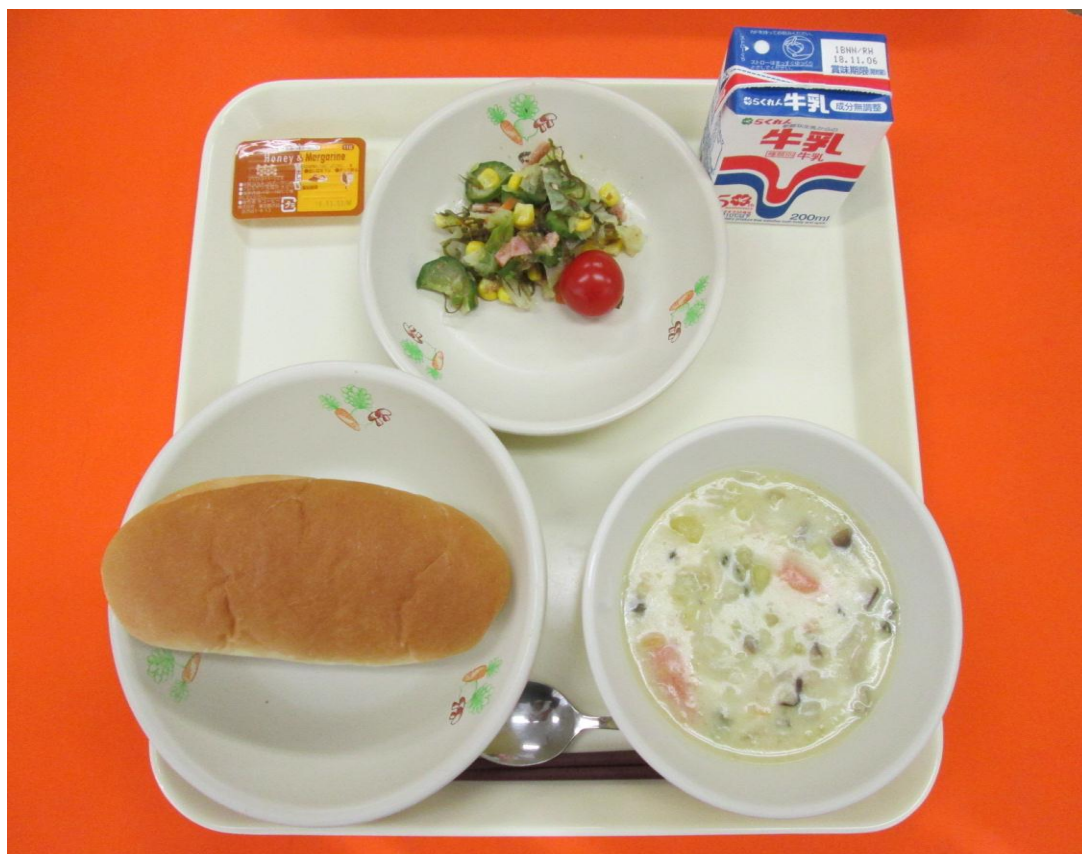
元気サラダの中には、力のもとになる黄色、体をつくる赤、体の調子を整える緑のたべもの、そしてりっちゃんと動物たちのやさしさや愛情が全部入っているのです。だからりっちゃんのお母さんは元気になれたのでしょね。

寒くなり風邪をひきやすい季節になります。元気サラダを食べて元気な体をつくりましょう。

平成 30 年 10 月 30 日 (火) 飯山学校給食センター

【献立名】 コッペパン はちみつ&マーガリン
牛乳 さつまいものシチュー 元気サラダ
(ミニトマト)

《今日の丸亀産の食材》
さつまいも、玉ねぎ、キャベツ
きゅうり



【ひとロメモ】

(健康によい食事のとり方)

元気サラダのひみつ

今日のめあては「元気サラダのひみつを知ろう」です。

「元気サラダ」は小学1年生の国語で習う「サラダで元気」に登場するサラダを実際に給食で再現したものです。お話しの中で病気のお母さんのために、りっちゃんがいっしょに動物に助けをもらいながらサラダを作ります。お話しを思い出してみましょう。りっちゃんがサラダを作っている時にしろくまから届いた電報には、何をいれたらいいと書いてあったでしょうか。正解は、「こんぶ」です。こんぶを入れるとかぜをひかないで、いつも元気だと、しろくまさんが教えてくれましたね。元気サラダの中には、力のもとになる黄色、体をつくる赤、体の調子を整える緑の食べ物がそろっています。寒くなり風邪をひきやすい季節になりますが、元気サラダを食べて元気な体をつくりましょう。