



つなげて広げて楽しい食育

塩川食育通信

8月の目標 みんなと協力して楽しい給食にしましょう

献立のねらい

★ 食べる力 ・ 感謝の心 ★

旬の野菜をつかったカレーを味わって食べよう

8月29日(火)



2学期の給食が始まりました。夏休み中、規則正しい生活を おくっていましたか。「なんとなく体が だるいなあ」という人はもしかしたら、夏バテなのかもしれません。夏バテの原因のひとつは ビタミン不足です。今日のカレーは、喜多方でとれた旬の野菜を使っています。

どの野菜も新鮮で ビタミンがたっぷりなので、夏バテ回復にぴったりです。久しぶりの給食のカレーをよく味わって元気にすごしましょう。

給食クイズ

クイズ1

トマトは、ビタミンA・Cがたっぷりはいった、栄養自慢の野菜です。こんなことわざがあります。「とまとが赤くなると〇〇が青くなる」。この〇〇に当てはまる言葉を考えてね。

- ①農家（忙しくて） ②医者（暇になる） ③子ども（トマト嫌い）

答えは、②の医者。 意味は、栄養いっぱいのトマトを食べると健康になって、医者がひまになることからいわれたことわざだそうです。

クイズ2

このことわざは、次のうちのどこのことわざでしょう

- ① 日本 ② ヨーロッパ ③ アメリカ