



かしわもち

がっ
5月

きゅうしょくだより



ちまき

しんりよく うつく きれいな 季節になりました。新学期が始まって1ヶ月が経ちましたが、新しい生活に慣れてきましたか？

まいにち げんき す 毎日元気過ごすためには、いろいろな食べものを組み合わせて食べることが大切です。

かたよりなくとろう！
しょくひん
3つの食品グループ

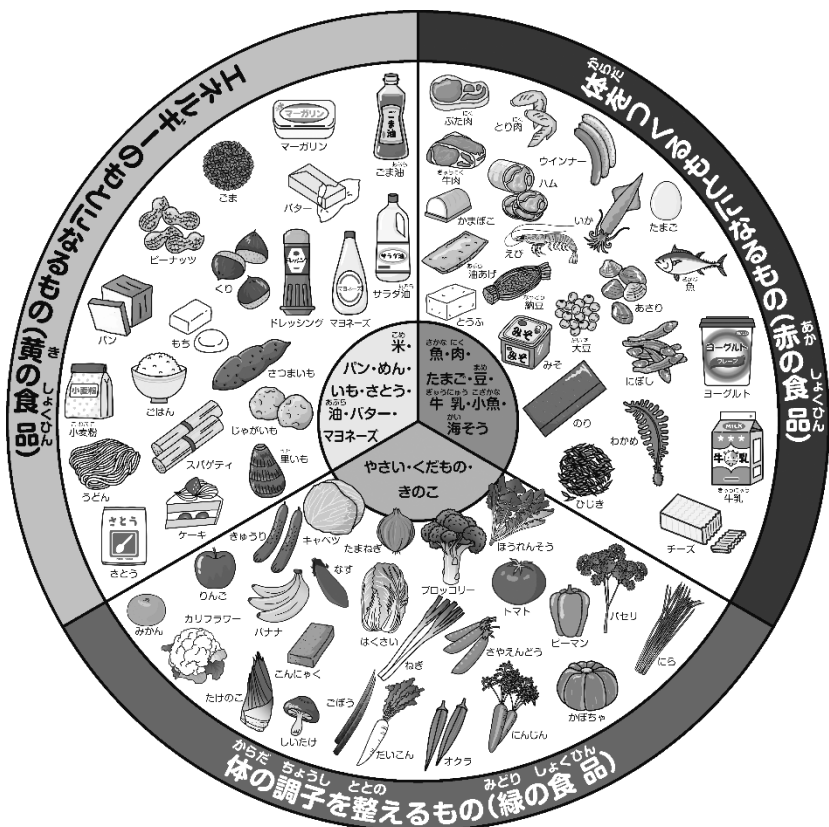
しょくひん 食品は、はたらきによって3つのグループに分けることができます。

それぞれのグループの食品を組み合わせることで、バランスよく食べることができます。

あか しょくひん からだ ほね ほ じょうぶ はたらき
赤の食品：体をつくるもとになり、骨や歯を丈夫にする働き

き しょくひん からだ うご はたらき
黄の食品：体を動かすエネルギーになる働き

みどり しょくひん からだ ちょうし ととの びょうき よぼう はたらき
緑の食品：体の調子を整え、病気を予防する働き



◎ふるさと発見ランチ

☆13日(月)・・・桑名産の「**チンゲン菜**」を使った「**チンゲン菜と豆腐のごまみそスープ**」です。

☆14日(火)・・・桑名産の「**ミニトマト**」です。

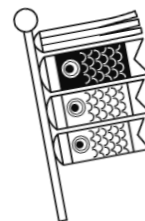


◎行事食

5月5日は「こどもの日」です。端午の節句とも呼ばれ、子どもの健やかな成長や健康を願う行事です。

☆2日(木)・・・「**かつおフライ**」が登場します。

かつお・・・「**勝つ**」にあやかって、縁起のよい魚とされています。



◎ワールドランチ

☆21日(火)・・・ベトナム料理の「**バインミー**」と「**フォー**」です。



統一メニューについて

桑名・多度・長島地区それぞれ、給食を作る施設や機械器具に違いはありますが、部分的に同じメニューが出来るよう工夫して、月に数回程度、献立を統一します。