

食育だより NO.1

尾張旭市立旭小学校

平成29年4月26日

がっこうきゅうしょく しょうかい 学校給食を紹介します

しんがつき
新学期がはじまりました。みなさん、給食をおいしく、残さず食べていますか？このたよりで
きゅうしょく
は給食のことはもちろん、食べものや健康についてお知らせします。今月は「学校給食」につ
しょうかい
いて紹介します。

からだ
体をつくるもとになる食べもの



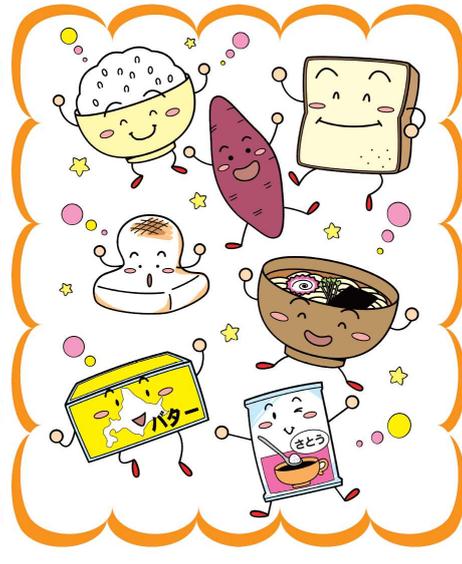
からだ ち にく ほね
体の血、肉、骨になる

からだ ちょうし
体を調子をととのえる食べもの



びょうき からだ まも
病気から体を守る

からだ うごかす
体を動かす食べもの



からだ ねつ ちから
体の熱や力になる



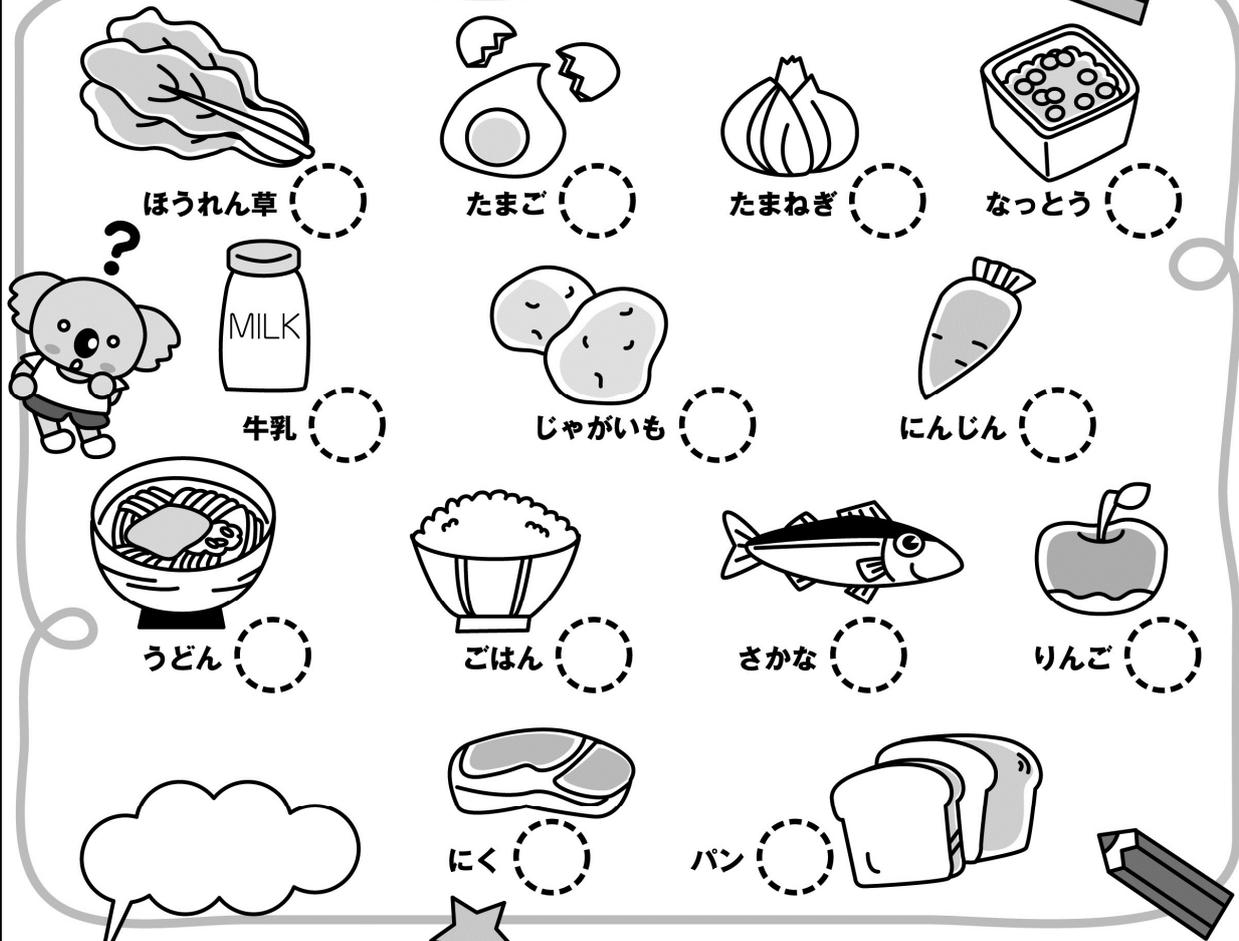
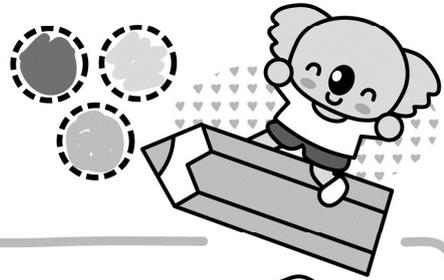
た 食べものは からだ
体のなか
で、おもな 仕事
はたらきによ
って、みつのグル
ープ（赤、緑、黄）に
あか みどり きいろ
分けることができま
す。



げんき
元気にすごすために、
かくグループから balan
スよく食べることが
たいせつ
大切です。給食には
みつのグループのた
べものがバランスよく入
っています。

食べもののなかまわけ

食べものは、からだへの働きによって、3つのグループに分かれます。赤色、黄色、緑色と、なかまに分けて、○の中をぬってみましょう。



こたえ ★あかいろ……たまご なっとう 牛乳 さかな にく ★きいろ……じゃがいも うどん ごはん パン
★みどりいろ…ほうれん草 たまねぎ にんじん りんご