

しょくいく 食育だより NO.9 東小学校



栄養教諭 山田
2020.1.20 作成

食育標語 ～工夫を凝らした標語がたくさんできました～

1月24日～30日の給食週間に向けて、全校児童が食育標語を考えました。食べることの楽しさ、大切さがつまった作品が、たくさんできました。

全ての作品を、掲示しています。各クラス代表の標語を、紹介します。



| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|--|
| <p>れんぷんは えいようまんたん たべたいな 二年 一組 名前:いとうりき</p> | <p>キュウリは、 ニドゾで キレイ たべたいな 二年 一組 名前:ながい まあ</p> | <p>ピーマンの にくめうまくて マニョうだ 十年 二組 名前:なが田ミツか</p> | <p>キュウリがね コロコロして まるかじり 三年 二組 名前:はやまアツ</p> | <p>ま月あぎはシマキ いんが 二年 一組 名前:らびしとろま</p> | <p>ピーマンは できらいだけ でもたべよう。 二年 一組 名前:しのはら おうが</p> | <p>たまねぎは 目にしみるけど おいしいよ 二年 二組 名前:しの原まな</p> | <p>トマトには 大ねぶどうぶち おいしいよ。 二年 二組 名前:らとん</p> |
| <p>朝ごはん バランスのいい 物食べる 三年 一組 名前:中川月太</p> | <p>朝ごはん おいしく食べて とう校だ 三年 一組 名前:山本あやの</p> | <p>レインジャーが 三人そろって けんこうだ 三年 二組 名前:おひの天立</p> | <p>食べ物の 三つのカゴ エネルギー 三年 二組 名前:田中友絆</p> | <p>朝ごはん いつも食べれる ありがとう。 四年 一組 名前:ふじ本はるね</p> | <p>おいしいよ 元気になるよ 朝ごはん 四年 一組 名前:木原光貴</p> | <p>赤緑 黄色の三つで ちよう元 四年 二組 名前:吉川 英人</p> | <p>朝ごはん、 食べて学校 行ってきます。 四年 二組 名前:大藤 達</p> |
| <p>かたいもの たくさん食べると 歯がじょうぶ 五年 一組 名前:好本 光</p> | <p>食べ物 大切な命 いただきます 五年 一組 名前:高橋 怜</p> | <p>食べること 生きる物の みなもてだ 五年 二組 名前:中野りん</p> | <p>たべること 感謝がたいせつ いただきます 五年 二組 名前:金本 希乃</p> | <p>生き物の 命に感謝 「いただきます」 六年 一組 名前:西田 芽結</p> | <p>バランスで 体の平和 おとずれる 六年 一組 名前:好本 樹</p> | <p>食材の 命をもらい 生きてゆく 六年 二組 名前:山本陽大</p> | <p>安全な 日本の食事に 感謝して 六年 二組 名前:深内竜介</p> |

食べるとは
生きるわけ
6年 3組 名前:石垣 杏佑

食べ物の
命をいただき
今がある
六年 三組 名前:久本 想愛

1・2年生は、野菜の特徴やおいしさを上手に表現してくれました。
3・4年生は、朝ごはんや3つの働きの大切さがよく分かる作品ですね。
5・6年生は、食べることへの感謝の気持ちが伝わる作品が多かったです。

作ってみよう！給食レシピ
れんこんチップサラダ
(材料 4人分)
・れんこん 1節(2mm薄切り)
・揚げ油
・干しひじき 3g(水で戻す)
・キャベツ 1枚(ざく切り)
・人参 1/8本(千切り)
・ごま油 小さじ1/2
・酢・砂糖 各小さじ2
・濃口醤油 小さじ1/2

(1人あたり栄養量)エネルギー 74kcal
たんぱく質 1.2g 塩分 0.1g
(作り方)
①ひじきは熱湯でさっとゆでてザルに上げ、冷ます。
②れんこんは、170℃に熱した油でカリッとするまで揚げて冷ます。
③キャベツ・人参は、熱湯でサッと茹でて、水冷し、しぼる。
④調味料で①と③を和え、食べる直前にれんこんをざっくり混ぜる。