



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をとのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。 ※魚には小骨がある可能性がありますので、気をつけて食べましょう

こ ん だ て	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><b>アレルギー詳細献立表 (食材別アレルギー) について</b></p> <p>料理別に食品を明記した献立表を準備しています。少し読みづらいですが必要な方は担任へ申し出てください。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p><b>入学・進級おめでとうございます</b></p> <p>新しい1年がスタートしました。本年度も、安全・安心でみなさんが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思っておりますので、よろしくお願いします。</p> <p><b>おいしい給食作ります!</b></p> </div> </div>					
	あか	7(木)				8(金)
	き	11(月) お祝いメニュー				12(火)
	みどり	13(水)				14(木) オレンジデー
こ ん だ て	15(金) 三月ウマチー	18(月) よい歯の日	19(火) 食育の日	20(水)	21(木)	22(金)
あか	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金) 昭和の日	
き	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p><b>給食当番の約束</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ほしをかぶる</li> <li>マスクをきちんとつける</li> <li>つめをみじかく</li> <li>手をきれいにあらう</li> <li>白い清けなハンカチを使う</li> <li>白い白衣をきちんときる</li> </ul> </div>					
みどり						

◎南風原町の野菜を使用しています◎  
食物を通して、南風原町について知ろう♪

21日のかぼちゃは農家・JAよりいただきました♪

・かぼちゃ

・なす

**朝から脳を元気にするには**

わたしたちは、朝食で午前中のエネルギーや栄養素を補給しています。朝食ぬきはエネルギー不足で、脳を元気に働かせることができません。

また、朝食におかずをたくさん食べている人の方が、テストの点数がよいという研究結果もあります。朝から脳を元気にするには、主食だけではなくおかずをしっかり食べることが大切です。