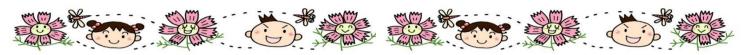
食育だより 9月

〈9月の目標〉

季節の食べ物を知ろう

2学期が始まりました。みなさんは、どんな夏休みを過ごしていたでしょうか。夜遅くまで起きていて、朝はゆっくり寝ていたなんていうお子さんもいたのではないでしょうか。学校生活のリズムに戻すために早寝、早起き、朝ご飯を心がけましょう。



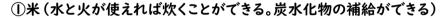


9月1日は、防災の日です

みなさんのご家庭で非常食は、準備していますか?

非常食は、一人最低3日分できれば7日分以上準備しておくと良いです。 普段からストックしておくと災害時も非常食として役立つものを紹介します。





- ②もち(腹持ちがよく、焼いて味付けをして食べられる)
- ③乾麺(うどん・そば・スパゲティなど長期保存できるのであると便利)
- ④レトルト食品(カレーや親子丼などのレトルト食品)
- ⑤缶詰 (焼き鳥缶・サバ缶・ツナ缶・果物の缶詰など)
- ⑥インスタント食品(カップラーメン・粉末スープなど)
- ⑦乾物(干し椎茸・切り干し大根・ひじきなど)





給食ポストを設置しました

食育コーナーに「給食ポスト」を設置しました。児童生徒にリクエストメニューを ポストに投函してもらいました。リクエスト給食は、2学期に実施予定です。







わたしたちがきゅうしょくを つくっています