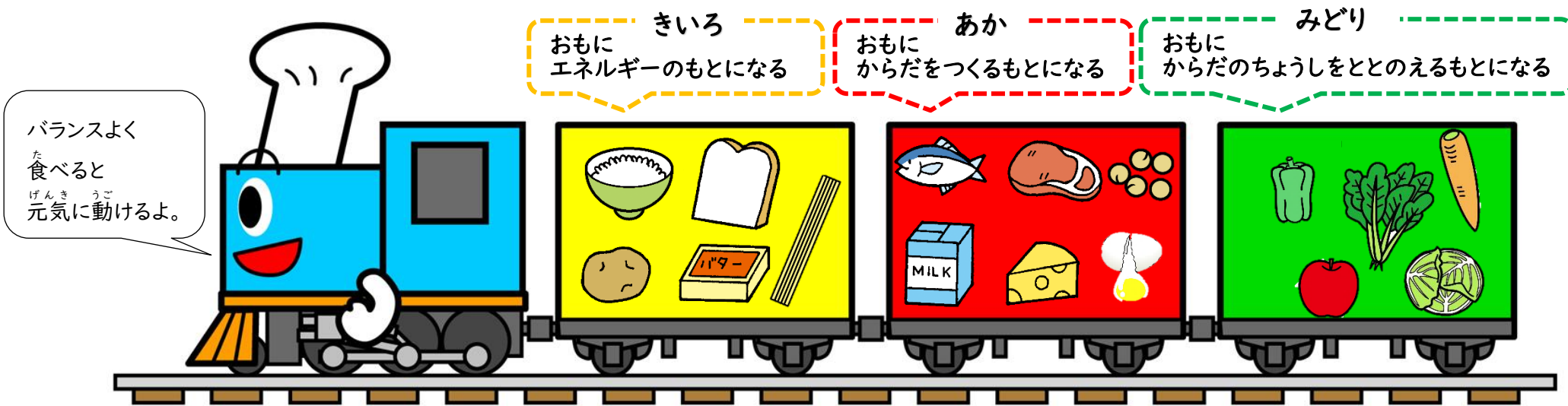


がつ  
8・9月

た げんき からだ つく  
しっかり食べて元気な体を作ろう

げんき からだ つく  
元気な体を作るには、なんでもバランスよく食べることが必要です。

はたら きごとに 食べものは大きく分けると3つの分けことができ、「きいろ」「あか」「みどり」の3つの色に分けています。



この3つの働きをする食べものを、バランスよく食べることが大切です。給食では、きいろ、あか、みどりの食べものがそろうように考えられています。残さずしっかり食べましょう。



ほね は つよ  
骨や歯を強くするカルシウム  
がたくさんある牛にゅうも飲もう!



きょうしつ  
教室にある  
こんだて  
献立カレンダーで  
かくにん  
確認してみよう!

きいろ	あか	みどり
おもにエネルギーのもとになる	おもにからだをつくるのもとになる	おもにからだのちょうしをととのえるのもとになる
あぶら	ぶたにく	たまねぎ
じゃがいも	しろいげんまめ	みかん
		トマト
		にんじん
		えだまめ