



令和8年度 10月号

豊田市立朝日小学校 栄養教諭

食育たより

こんげつ しよくいくもくひょう
今月の食育目標
し ぜん かんしゃ
自然のめぐみに感謝しよう！



10月に入り、涼しい日も増えてきました。アサヒンピックに向けて体調を整えるために、早寝・早起き・朝ごはんを続けていきましょう。

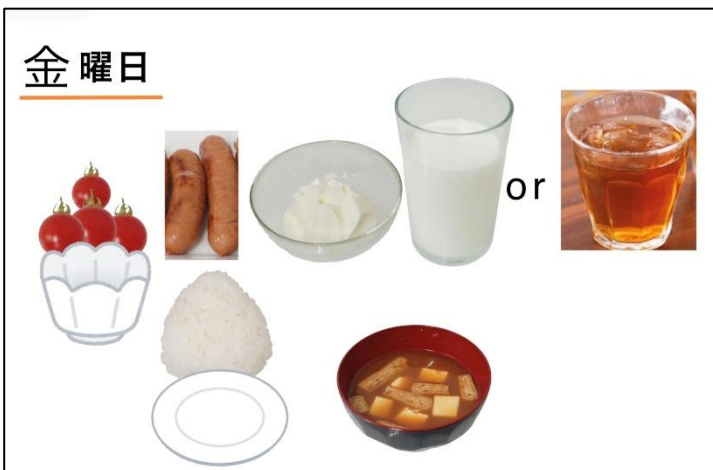
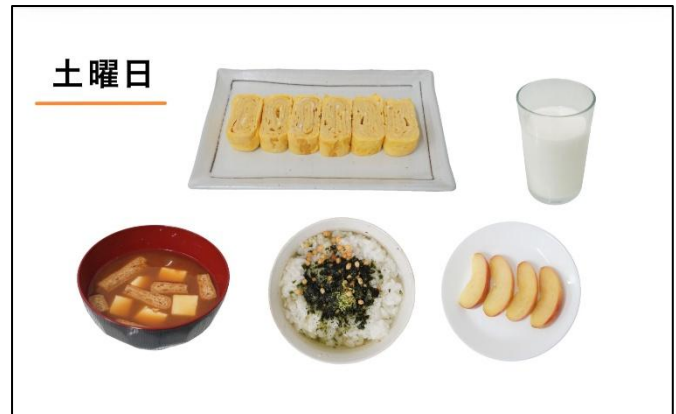
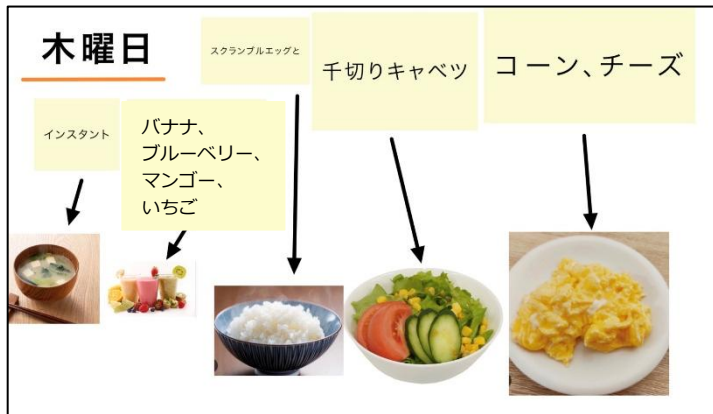
10月は、5日に愛知県内各地で行われるアジア・アジアパラ競技大会参加国のタイにちなんだ「アジアフレンドシップ献立」を実施します。また、30日には豊田市産の食材を多く使用した「豊田ブランドの日献立」を実施します。10月の豊田ブランドの日献立には、年に1回のあゆが登場します。

5年生で「続けることができる朝ごはん」について考える学習を行いました！



5年生で続けることができる朝ごはんを考える授業を行いました。まず、続けるためには、「楽にできる」、「楽しく作ることができる」、「時短」、「栄養素がそろっている」、「自分の好きなもの」などの要素が必要という意見が出ました。その後、レシピ検索のサイトなどを用いながらグループごとに1日分の続けることができる朝ごはんを考え、発表しました。

【児童が考えた続けることができる朝ごはん】



たべまるをタップして、レシピの検索画面に「たべまる給食」と入れると、
学校給食の人気メニューのレシピを見ることができます。

ぜひ、ご家庭でも作ってみてください。

