食育だより

令和８年度 １１月号

豊田市立朝日小学校 栄養教諭

今月の食育目標

栄養のバランスを考えて食べよう！

アサヒンピックも終わり、一段と寒い日が増えてきました。寒い時期はインフルエンザなどの感染症にもかかりやすくなります。しっかり食事を摂り、予防しましょう。

11月は、９日～１３日が日本型食生活週間であることから「主食」であるごはんを中心に、肉や魚などの「主菜」、野菜や海藻などの「副菜」、牛乳・乳製品、果物を組み合わせた献立を１週間実施します。また、25日には愛知県の郷土料理や愛知県で生産された食材を使用した「あいち県民の日献立」を実施します。



２年生が町たんけんで給食センターの見学を行いました！

2年生が生活科のまちたんけんの一環として、中部給食センターの見学を行いました。給食センターの2階から調理場の中の様子を見ることができ、見学に来た児童は「エプロンの色が違うのは、どんな意味があるの？」、「どうして給食の野菜はゆでているの？」と興味津々で働いている調理員さんたちの様子を見ていました。見学後の質問コーナーでは、「給食の献立はどうやって決めていますか？」、「何人の調理員さんで給食を作っていますか？」などの質問をしていました。





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。

