

給食だより 2月

竜王北小学校

はしを正しく持つと、小さな豆もつまむことができ、食事かしやすくなります。また、見た目も美しくなり、気持ちよく食事ができます。はしは毎日使うので、正しい持ち方を身につけておきましょう。

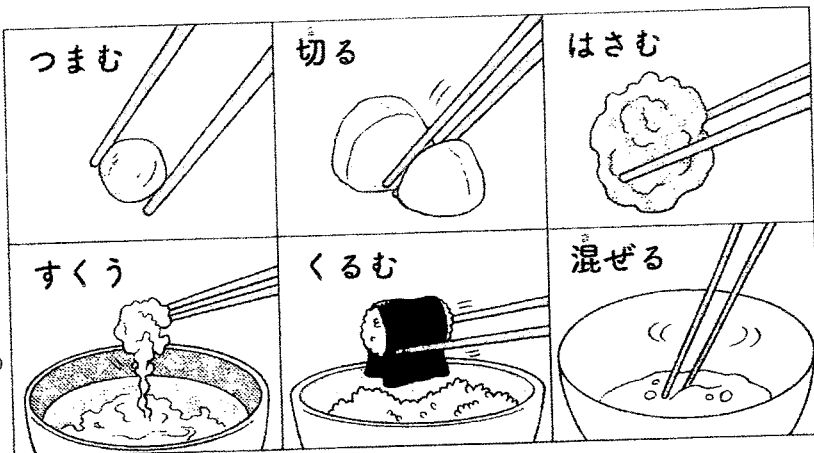
はしの正しい持ち方

上のはしは、鉛筆を持つように持ちます

はしの間に中指が入るようにします

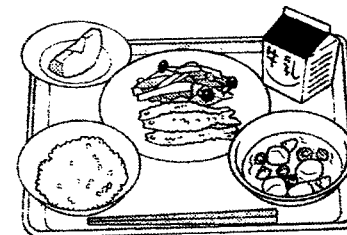
下のはしは、薬指のつめの横と親指のつけ根ではさみます

はしの役割



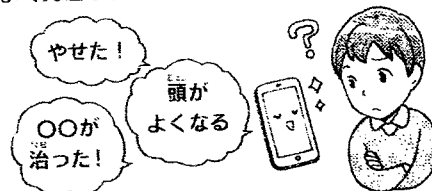
栄養バランスのよい給食

いろいろな食材を使った、おいしくて栄養のバランスがよい給食は、成長期にあるみなさんの成長を支えています。



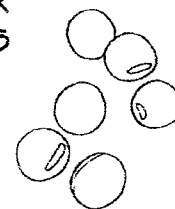
本当かな？ その情報

SNSなどでは誰でも情報を発信できるため、正しい情報だけではなく、誤った情報も広がります。流れてくる情報はすぐに信じず、いつの情報か、何のための情報か、書いた人は誰か、根拠となるデータはあるかなどをチェックして、よく見極めるようにしましょう。



クイズ 大豆の仲間は何かな？

- ①グリーンピース
- ②さやえんどう
- ③えだまめ



えだまめは大豆を煮る前に収穫したものです。グリーンピースやえんどうは、大豆の種を収穫した後に収穫されます。



ステンレスボトルで大豆をゆでよう

ステンレスボトルを使うと手軽に大豆をゆでられます。熱湯を扱うのでやけどに注意して、おとなの人と一緒にやりましょう。

