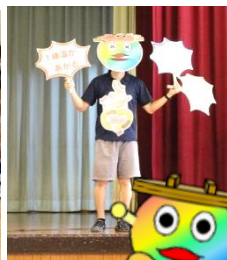


SUKU²

食のおたより 9月

ぜんこう なつやす まえしゅうかい あさ 全校スクスク夏休み前集会 ～朝ごはんの3つのスイッチ～

長期休業前に体の健康について体育主任や養護教諭、栄養士からのお話を聞く「全校スクスク」。7月末に養護教諭と栄養士から、朝ごはんの大切さについてお話をしました。朝ごはんには3つのスイッチがあります。体温を上げ、体を元気にする体のスイッチ。脳を目覚めさせ勉強をするための力がわく脳のスイッチ。胃や腸を働かせ、おなかの中をきれいにする、おなかのスイッチ。な～べ～も一緒に勉強しました。夏休みも朝ごはんをしっかりと食べ、元気に過ごせましたか？スクスクチェックも忘れずに提出してください！



コンビニ食でもバランスよく！

食事を買うときは、好きなものだけでなく、組み合わせを考えて選びましょう。主食、主菜、副菜がそろってバランスの良い食事になります。主食…おにぎりやパン 主菜…サラダチキンなど 副菜…サラダなど



こんげつ き きゅうしよく 今月の気になる給食

9月11日宇都宮市産の食材を使用した宮っ子ランチが登場します。9月はトマトを使ったチリコンカン、宇都宮市産の生乳を使用したヨーグルトを提供します。今月も、教育委員会が作成した食育動画を放映します。お楽しみに！



いろ かたち 色も形もいろいろトマト！

トマトには赤くて丸いものだけではなく、オレンジ色、黄色、緑色ものや、細長い形や大きなもの、小さなものなど、さまざまな種類があります。ランチルームにはいろんなトマトについての給食ニュースが掲示してあります。ぜひ見てみてね。



放射性物質測定結果を下記の通り報告します。

【品名】米【産地】宇都宮【測定日】令和7年6月11日

放射性ヨウ素、放射性セシウム共に量下限値未満

