

越前町学校給食カレンダー



【12月の給食目標】正しい姿勢でよくかんで食べましょう。

【今週の重点目標】一口30回かむことを意識して食べることができた。

12月11日

<p>【献立名】</p> <p>さといもごはん 牛乳 かきたま汁 鯖の照り焼き 切り干し大根のおひたし ヨーグルト</p>	<p>【献立について】</p> <p>今月の給食のめあては、「正しい姿勢でよくかんで食べましょう」です。福井県には、曹洞宗大本山の永平寺があります。開祖である道元禅師は、日常繰り返される「食事を作ること」や、「食事をいただくこと」の大切さを説いた『典座教訓』という書物をあらわしました。道元禅師は、特に「食」を大切に、そのすべてが修行であると説いた日本で初めての僧侶でした。</p> <p>私たちは忙しいと つい、食事は後回しにして おろそかにしてしまいがちです。しかしそんな日々が続いて健康を害してはもともともありません。まずは、食器を持って姿勢を正して食事をしましょう。</p> <div style="border: 2px dashed orange; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>わるい姿勢は、 胃・腸にふたんが かかるよ～！！！！</p> </div> 
<p>【使用予定地場産物】 米 さといも うすあげ とうふ はくさい かんたけ こまつな</p>	
<p>【なぞなぞ】</p> <p>今日はみかんについてのなぞなぞです。 みかんを食べている人は どこを向いているでしょうか。</p>	<p>【解説】</p> <p>みかんを食べるときは、皮をむきますね。 風邪予防にもビタミンCたっぷりです。今が旬のみかんを食べましょう。</p> <div style="text-align: right;">  <p>【こたえ】 かわ皮</p> </div>

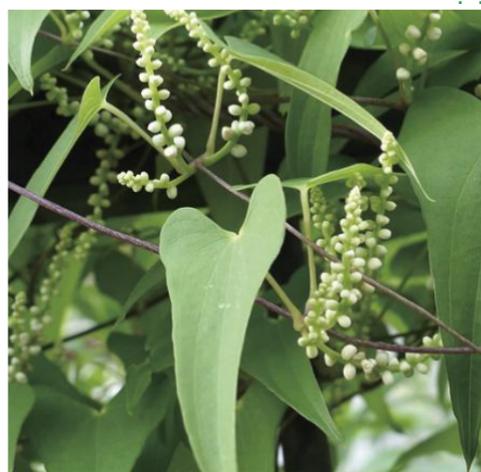
①



②



③



答えは下にのっています。
左の絵の花の芋を当ててみましょう。

食育チャレンジにトライ！

答え ① さといも ② さつまいも ③ やまいも