

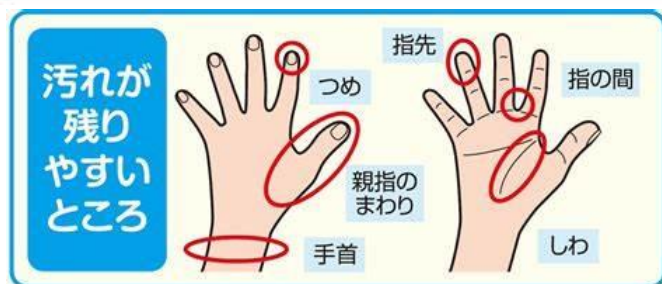


ランチタイム5月号

☆ 今月の給食目標

正しい順序で手を洗いましょう

どうして手洗いが大切でしょうか？病気を引き起こす細菌やウイルスは目に見えないけど、身の回りのいろんなところにいます。細菌やウイルスがついた手で食べ物を食べると体の中に入ってしまう。ごはんを食べる前には手についた細菌やウイルスを落とすために正しい手順で手洗いをしましょう。



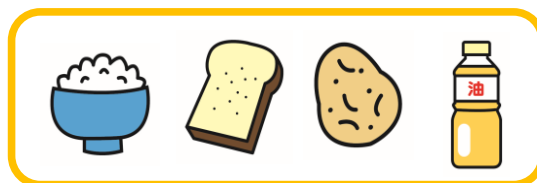
左の図は洗い残しが多い部分です。特に親指や指先をわすれずに、しっかり洗いましょう！



☆ 今月の栄養目標

熱や力のもとを作る食べ物を知ろう

黄色の食品はごはんやパン、めん類、いも類、あぶらがあります。
黄色の食品は力のもとになり、動くためのエネルギーや体温を上げる働きがあります。
不足すると力が出なかったり、授業中ぼーっとしてしまいます。



しっかり食べると



不足すると

