

らんち♡たいむ

令和4年9月



がっつき はじ 2学期が始まりました。夏の疲れが出やすい時期なので、
 なつ つか で じ き 食事と睡眠をしっかりとるよう 心 がけましょう。
 し ゃ く し す い み ん こ こ ろ
 き ゅ う し ゃ く も く ひ ょ う の こ た 給食
 の こ 9月の給食目標は、「残さず食べよう」です。給食
 も 残 さ ず し っ か り 食 べ て 、 元 気 に 過 ぎ し ま せ ぬ 。

残さず食べると、どんないいことがあるの？

まいにち き ゅ う し ゃ く 毎日の給食は、みなさんの成長に必要な栄養をバラン
 せ い ち ょ う ひ つ よ う え い よ う
 スよくとれるように考 え ら れ て い ま す 。 残 さ ず 食 べ る と 、 栄
 かん が 養がしっかりとれるだけでなく、いいことがたくさんあります。



げんき 元気にすくすく
せいちょう 成長できる

からだ せいちょう ひつよう えいよう
 体の成長に必要な栄養がと
 れるので、元気に運動や勉強
 げんき うんどう べんきょう
 をがんばることができ、すくす
 せいちょう
 く成長できます。

**たくさんの味や食べ物
 であ に出会える！**

はじめの料理や食材に
 りょうり しょくざい
 であ あじ たいけん とお
 出会い、味わう体験を通し
 て、好き嫌いなく食べられる
 す き 嫌 い な く た べ ら れ る
 ようになっていきます。

**きゅうしょくづく 給食作りに関わった
 ひと 人がよろこぶ♡**

きゅうしょくづく かか せいさんしゃ
 給食作りに関わる、生産者
 さん、おみせや さん、ちりょういん さん
 など、多くの人（おおひと）がよろこびま
 す。

すっきりする！

しょつき
 食器がきれいにからっぽに
 になると、気持ち（きもち）がすっきりし
 て、かたづ 片付けも楽（らく）になります。

ちきゅう 地球にやさしい♡

た もの 食べ物をムダなく食べきるこ
 とができれば、た もの す 食べ物を捨てず
 にすみます。捨てられたた もの
 を燃やすとにさんかたんそ 発生
 し、ちきゅうかんきょう わる えいきょう
 し、地球環境に悪い影響をお
 よぼします。た もの 食べ物を残さず食
 べること（ちきゅう）で、地球にやさしくな
 れます。

食べれば栄養に！残せばごみに・・・