

0 紀 給食だより













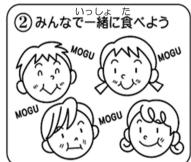


好ききらいしないで何でも食べてみよう!

いろいろな食材や味を体験することは、単に栄養を摂取するだけでなく、味覚の ^{なんねんこ} 発達にもつながります。きらいなものでも何年後かに食べられるようになることもあ るので、食わずぎらいにならずに少しずつでも食べる努力をしてみましょう

らいを克服する5つのポイント











10月10日は自の愛護元・

「1010」を横にすると、人の顔の曽に見えることから、 10月10日は首の愛護デーと定められています。近年は、パソコンやスマートフォン などを使用する時間が増え、目に疲れを感じる人も少なくありません。自は一生ものの大切な器官です。日頃から自の健康づくりを心がけていきましょう。



食品ロス問題を ^{かんが} 考えてみましょう







1 0月は『**食品ロス削減月間**』です。食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てて しまう食べ物のことです。食べ物を捨てることは、もったいない上に、環境にも Rules and Anti- Description and Anti- Despuis Anti- Des レょ<ʊム 食品ロスを減らすためにできることを考えてみましょう。

食品ロスは身近な問題です!

日本はこの食品ロスが多いことが問題となっており、年間では約632万 トンにもなります。日本人が一人あたり毎日茶碗一杯のご飯(約130g)を ことは何でしょうか。

た のこ しょうひきげんぎ 食べ残しや消費期限切れなどによって捨てられる食品があります。 しょくひん 食 品ロスは一人ひとりの意識で減らすことができます!





食品ロスを減らすには? ♡











り はたら たす えいようそ 目の働きを助ける栄養素「ビタミン A」をとろう!









にんじん・ほうれんそう かぼちゃ・うなぎ・レバー