

給食目標：好き嫌いせず何でも食べよう



アンケートをとります。



「きらい」な食べ物ランキング

みなさんの中には、嫌いな食べ物がたくさんある人もいるかもしれませんね。今月は、みなさんに好き嫌いの調査をしてみたいと思います。野菜かな、それともちがうものがあるかもしれません。大人だって苦手なものがあります。でも、これから大きくなるみなさんには、バランスよくなんでも食べてほしいのです。嫌いなものの中にも栄養がたくさん含まれています。何でもよく食べることで、みなさんの体はどんどん強くなっていきます！中学生になるとほとんどなんでも食べられるようになります。年齢とともに食べ物の好みが変わるのも注目。まず何でも食べて、色々な味を体験することが食生活のレベルアップにつながるのです。

ぼくは料理の方法で、うまみが変わるよ。食べてね。



1(火) 炊き込みごはん 卵スープ 竹輪の磯部揚げ 野菜のナムル	2(水) きな粉あげパン 野菜スープ イタリアンサラダ ミートボール	3(木) 麦ごはん 鶏肉の照り煮 こんにゃくの炒め物 大根のみそ汁 節分豆	4(金) 麦ごはん おでん 磯香和え 納豆
7(月) メキシカンライス ほうれん草のオムレツ ラビオリスープ	8(火) コッペパン ミネストローネ フレンチサラダ カボチャコロッケ バナナヨーグルト	9(水) 麦ごはん 八宝菜 手作りギョロツケ	10(木) 麦ごはん のっぺい汁 ブロッコリーサラダ いわしの梅煮
14(月) 麦ごはん マーボー豆腐 シューマイ 中華風酢の物	15(火) 麦ごはん チキンカレー 海そうサラダ 芋の天ぷら	16(水) 食パン コーンチャウダー ポテトサラダ ウインナー	17(木) ごはん さばのみそ煮 花野菜サラダ 鶏ごぼう汁
21(月) ごはん ぶた汁 さばの塩焼き 手作りゼリー	22(火) 黒糖パン ハンバーグ ほうれん草と キャベツのソテー	23(水) 天皇誕生日	24(木) 麦ごはん 春雨スープ 春巻き 野菜サラダ
28(月) 麦ごはん ビーフカレー コーンサラダ 野菜コロッケ	25(金) ゆかりご飯(小盛) かき揚げうどん 大根とツナのサラダ		

