

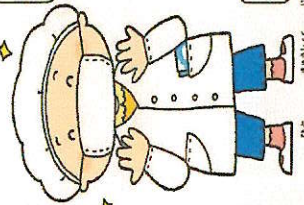


げつ	が	すい	きん
月	火	水	金
<h2>給食の前に</h2> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <h3>手洗い</h3>  <p>給食当番の人も、給食当番以外の人もトイレを済ませて、手洗いをしましょう。</p> </div> <div style="width: 45%;"> <h3>トイレ</h3>  </div> </div>			
<h2>給食当番の身支度</h2> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="width: 20%;"> <p>髪の毛がはみ出さないように帽子をかぶろう</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>つめは短く切っておこう</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>清潔な白衣を着よう</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>マスクをきちんとつけよう</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>右けんを使って手を洗おう</p> </div> <div style="width: 20%;"> <p>ハンカチを持とう</p> </div> </div>  <p>入浴は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。</p>			
<h2>給食に入らないように気をつけよう!</h2> <p>髪の毛 つば ほこり</p>			
4	5	6	7
<h2>みどりの日</h2>			
11	12	13	14
<h2>振替休日</h2>			
15	16	17	18
<h2>こどもの日</h2>			
21	22	23	24
<h2>チャーマンをさらにのせて</h2>			
25	26	27	28
<h2>チャーマンをさらにのせて</h2>			
29	30	31	

回鍋肉は中国料理のひとつです。野菜を炒め、味噌などで味をつけたものです。中国では、にんにくの芽を使いますが、日本ではキャベツを使います。

ソテーに入っている、とうもろこしは日本ではお菜が主食ですが、メキシコではとうもろこしが主食です。とうもろこしの筋を焼いて作るトルティージャが有名です。

今日はうれしの茶を使ったお茶たぶらです。笑ぶらの衣に粉菜のお茶を混ぜ込んで、魚をあげています。

ごぼうには、食物せんいが多くふくまれているので生活しゅうかん病を予防する強い免疫力になる食べ物です。

スパゲティに入っている豚肉には、ビタミンB1という栄養がたくさん含まれています。これは疲れを回復する効果があるんですよ。

日本では、ぎょうざを焼いて食べるのが定番です。しかし、本場の中国ではスープに入れて食べる、水ぎょうざが定番だそうですよ。

魚には、体によい脂がたくさん含まれています。DHAやEPAと呼ばれる脂は記憶力をアップさせる働きがあります。

ナムルは韓国料理です。韓国では食事のおかずとして欠かせない料理です。せんまいなどの山菜を使ったものもあります。

血うどんに入っている、たけのこは1日に10cm以上、まだ時には1m以上も伸びることがあるそうです。この時期にしか味わえない旬のたけのこをおいしくいただきましたよ。

ハヤシライスの中にはトマトが入っています。おいしいトマトの見分け方は、トマトのお尻に白い星のような線が入っていることがポイントです。

いんげんやスナップエンドウは5月が旬の野菜です。旬の野菜は、甘みがありおいしいだけでなく、他の季節より栄養価も高くなります。

今日のスープは、野菜がたっぷりです。野菜には、みなさんの体のちようしをととのえるはたらきがあります。

マカロニにはたくさんの形があります。マカロニにはたくさんの形があります。貝の形をした物やちようちようの形をしたものもあります。

マカロニにはたくさんの形があります。マカロニにはたくさんの形があります。貝の形をした物やちようちようの形をしたものもあります。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。

今日は、こどもの白のお祝い給食です。皆さんが、病氣やけがをすることなく、元気に成長できるようにと、作りました。