



食べる力

令和3年8月

五城目第一中学校

夏は暑さで食欲がなくなったり、体が疲れやすくなる「夏バテ」が起こりやすくなります。また、新型コロナウイルス感染予防のためにマスクを着用することで、熱中症や脱水症状にかかる恐れもあります。夏を元気に過ごすために、食生活にも気を付けましょう。

「2021夏季ペロリンピック」開催！

7月5日(月)～9日(金)までの5日間、今年度初のペロリンピックを開催しました。

今回は、準備の速さ(通称「いちごちゃんチェック」)、残量、忘れ物の有無(マイ箸・マイエプロン)、食育クイズの4つの種目で競い合いました。初参戦の1年生も頑張り、連日各クラスが高得点獲得を目指してがんばりました！その結果、4つの種目に加え、食器類の片付け方もきちんとしていた3年A組が総合力で優勝しました。

〈結果〉 1位 3A, 2位 1B, 3位 3B



きれいに
食べてくれて
ありがとう！

給食室より



食育クイズ

・5日(月)

モズクについて説明した文章の()に当てはまる記号を選んで記入してください。

「モズクは古くから日本各地で食べられてきた(①)で、(②)が主な産地です。モズクという名前は(③)ことから付きました。」

- ① ア 野菜 イ 海藻 ウ きのこと
- ② ア 北海道 イ 静岡県 ウ 沖縄県
- ③ ア 他の海藻に付着する
 イ モズという鳥が好んでよく食べる
 ウ モズクガニに付着している

・7日(水)

夏野菜がおいしい季節になりました。これらの写真は何の野菜の花でしょうか？()に答えを記入してください。



- ①(ナス) ②(ニンジン) ③(カボチャ) ④(オクラ)

・9日(金)

古代エジプトで、ピラミッドの建設現場で働く人たちに配られたという玉ねぎ。今日は豚丼に沢山使っていますが、全部で何個あったでしょう？

ちなみに重量は12.5kgです。

当日の朝数えたら...正解は59個でした。



- ⑤(トマト)



月	火	水	木	金
	24	25	26	27
☆ 8月分 給食献立	<ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・牛乳 ・ビーンズサラダ ・ミニトマト <p>熱 971kcal た 27.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・ささみチーズフライ ・切干大根のうま煮 ・かきたま汁 <p>熱 835kcal た 35.5g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・シュウマイ ・野菜のナムル ・マーボー豆腐 <p>熱 871kcal た 34.1g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・焼き魚(塩さば) ・春雨の炒め物 ・モロヘイヤのみそ汁 <p>熱 825kcal た 36.8g</p>
30	31	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">7月の給食から...</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-left: 10px;">冷やし中華, お好み焼き, 手作りの鮭フライ, 夏野菜カレー, 秋田県産すいか</div>		
<ul style="list-style-type: none"> ・キーマカレー ・牛乳 ・ゆで野菜サラダ ・福神漬 ・黒糖ビーンズ <p>熱 978kcal た 33.9g</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯 ・牛乳 ・鶏のからあげ ・野菜のおかかあえ ・白菜のみそ汁 ・のりたまふりかけ <p>熱 826kcal た 34.9g</p>			