

たべものあれこれ

しょくいく ひ こんだて  
食育の日 献立



『たけはらっこ汁』について

まいつき にち しょくいく ひ きゅうしょく わしょく ちゅうしん こんだて  
毎月19日は『食育の日』です。給食では和食を中心とした献立  
にしています。今日のお汁は、『たけはらっこ汁』です。

せとないかい  
瀬戸内海でとれるちりめんじゃこを入れています。ちりめんじゃ  
こはカルシウムが多く、骨を丈夫にしてくれます。竹原の子供達が  
げんき そだ ねが こ じる  
元気に育つようにという願いを込めて、『たけはらっこ汁』としまし  
た。

ぐざい あか き みどり しょくひん はい えいよう  
具材は赤・黄・緑の食品が入っていて、栄養バランスもよくな  
っています。

『たけはらっこ汁』に  
は3色レンジャーが  
そろっています。



おもにからだをつくるものになる  
たべものなかま  
あかりんジャー



からだのちょうしをととのえる  
たべものなかま  
みどりりんジャー



おもにエネルギーのもとになる  
たべものなかま  
きりんジャー