

ぱくぱくカレンダー



みなさんは、食べ物の好ききらいがありますか？ わたしたちは、食べることで、命を保ったり活動したり成長したりしています。毎日を元気にすごすためにも、好ききらいをしないで残さず食べるようにしましょう。



一口だけでも食べてみよう！

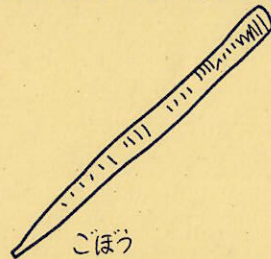
人は初めて食べるものを避けることがあります。これを「新奇性恐怖」といいます。しかし食後に体調不良にならないければ、それ以降は安全だとわかり、食べられるようになることもあります。苦手なものもくりかえし食べると、将来食べられるようになるかもしれません。



5月は旬の食べ物がたくさん登場するよ！野菜クイズにチャレンジしよう！！

Q1 ごぼうを食べるとからだにどんなよいことがあるでしょう

- ① おなかガスツキリする
- ② 血のめぐりがよくなる
- ③ 食べ過ぎを防ぐ



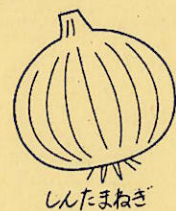
Q2 そらまめの名前の由来は何でしょう

- ① そらからふってきたから
- ② そらにおかたって実がつくから
- ③ そらのくもの形にしているから



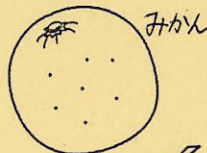
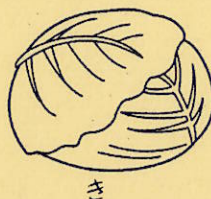
Q3 アスパラガスの仲間の野菜はどれでしょう

- ① レタス
- ② ながねぎ
- ③ セロリ



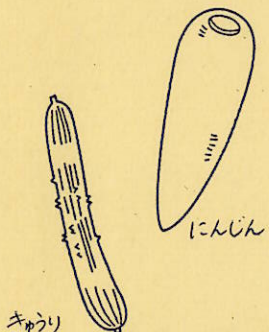
Q4 キャベツの旬はいつでしょう？

- ① はる
- ② なつ
- ③ ふゆ



Q5 旬の食べ物の良さは何でしょう？

- ① やすい
- ② おいしい
- ③ 栄養がある



こたえは、給食ワゴンで届く、給食メモで確認してね！！

給食で見つけた野菜の色ぬりをしてみよう！！