



もぐもぐだより



令和7年度
5月号



こんげつ

今月のとべっこランチ

5月の「とべっこランチ」は、20日の予定です。お友だちや先生と楽しく食べてくださいね。

アスパラのクリーム煮



アスパラは今の季節が旬の野菜です。太陽の光をたくさん浴びて育ったグリーンアスパラは、疲れをとる効果が期待できます。ご家庭でも、ぜひ今の時期にしか食べられない旬のアスパラを食卓へ

20日の給食メニュー

黒糖スライス
アスパラのクリーム煮
手作りチキンカツ
ミニトマト
牛乳
はちみつレモンゼリー

当別の魅力が
詰まった給食です！



手作りチキンカツ



チキンカツには、鶏むね肉を使います。鶏むね肉は、良質なたんぱく質が豊富で脂身が少ないのが特徴です。給食センターでは、850枚の鶏むね肉一枚一枚に丁寧に衣をつけて揚げています。



まいにち げんき す 毎日を元気に過ごすために

新しい生活が始まって、ちょうど一か月が経ちます。緊張して過ごしてきた分、少しずつ疲れが出てきてしまう時期でもあります。「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」習慣で生活リズムを整え、体育祭や運動会などの練習もがんばれるようにしていきたいですね。



あさ 朝ごはん で 学力UP

たいりよく 体力UP



朝ごはんを毎日食べる人の方が、テストの平均正答率が高く、体力テストの合計点も高いことがわかっています。より充実した学校生活を送るためにも、しっかり朝ごはんを食べましょう。