



もぐもぐだより



令和8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、19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



アスパラは今の季節が旬の野菜で当別町でもたくさん栽培されています。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。

19日の給食メニュー

ナン

ジビエキーマカレー

タンドリーチキン

当別産アスパラ

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！



ジビエ キーマカレー



当別町内にあるジビエ工場の鹿肉です。丁寧に処理された鹿肉は臭みが少なく食べやすいのが特徴です。また、脂肪分が少なく、たんぱく質や鉄分が豊富です。



はやね 早寝・はやお 早起き・あさ 朝ごはん・あさ 朝うんち

新生活が始まり、ちょうど一か月が経ちました。この一か月、少し緊張して過ごしてきた分、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。朝、なかなか起きられないお友だちは、朝ごはんの時刻をおうちの方と相談して決めておきましょう。朝ごはんを食べる時刻が決まると、朝起きなくてはいけない時刻も決まります。そうすると、夜寝る時刻も決まり、なんとなくリズムが整っていきはずです。

