



9月
平成23年度



弥彦小の子どもたちに注目してほしいのは、「朝食の栄養バランス」です!!

弥彦小学校の子どもたちは、朝食を食べている割合がとても高いです。

～7月実施のアンケート結果より～

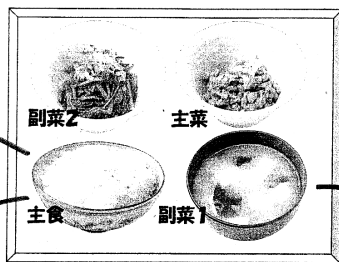
児童「朝ごはんを毎日食べている。」

児童「朝ごはんを毎日食べている。」 →肯定評価 98.8%

保護者「お子さんは毎日、朝食を食べていますか。」→肯定評価 98.0%

2学期は「栄養バランス」に目を向けて、朝食を充実させていきたいですね。

おにぎりは
食べやすいですね!



夕食の残りも
便利です。



マカロニ
どうぶつ



おかん

食物は時間が無い時
すばやく食べられます。

具が多いと
栄養価がアップします。



毎月19日は「食育の日」です！



～9月21日は「秋の風を感じる献立」です。～

さつまいもごはん 牛乳 さぼのカレー焼 ごほうサラダ もずくのみそ汁

「さつまいも、さば、ごぼう」で秋を感じましょう。

※ 今月は学校行事や祝日の関係で、21日に設定しました。

**9月に給食で
使用する
弥彦産野菜です。
朝食にもどうぞ！**



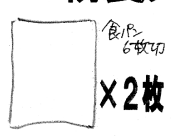
煮物に！

みそ汁の具に！

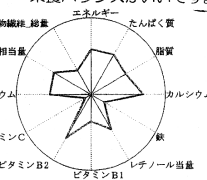
じゃがバター
に!

～朝食ステップアップ！～

※ 円形になるほど
栄養バランスがよいです。



牛乳 200 ml

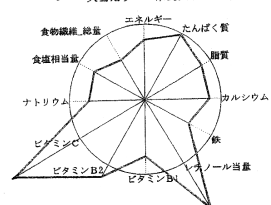


すぐに食べられるものを足すと…

ハム1枚 ゆでたまご1個 きゅうり1/2本 トマト1/2個 いちご3個



一人当たりの栄養摂取量 $\langle 740 \text{ kcal}$ で計算 $\rangle$



多種類のものを
組み合わせると、
**栄養バランスが
よくなります！**

朝食は生涯の
健康をつくれます。



～ 新潟県の給食情報ホームページについて(お知らせ) ～

学校給食では、子どもたちへの安心・安全に最大限配慮し、食材を選定しております。

このたび新潟県では、県内の給食に関する様々な情報を提供するためにホームページを立ち上げました。本県等が公表する検査の結果などの情報収集にご活用ください。

HP アドレス

<http://www.pref.niigata.lg.jp/hokentaiiku/1311541231434.html>