

暑い夏がきました！疲れやすくなったり、食欲もなくなりやすい時期ですね。
 こんな時こそ、バランスのよい食事で体力や頑張る力を身につけておきたいものです。
 もうすぐ夏休み♪元気で過ごせるよう、今から気をつけていきましょうね。

まいにち
 かりかえてみよう！



夏やすみの食生活！

8つのポイントでのりきろう♪

な んでも食べて 夏バテ知らず

つ めたいものは ほどほどに

や たらとおやつは 食べないで

の むなら牛乳 1日2本

み どの仲間を タップリと

す ききらいを 克服しよう

しよく よくもりもり 元気な子

じ かんをきめて 1日3食

1 → 2 → 3

まいにち
 こんな毎日はいかが？

平成30年6月5日(火)~11日(月)

残量調査の結果について

岡山市では一斉に給食の残量調査を行っています。6月の結果がまとまりましたので、お知らせします。子どもたちは今、成長期まただ中です。体を作る大切な時期なので、バランスよく食べる習慣を身につけ、栄養不足にならないようにしたいですね。

