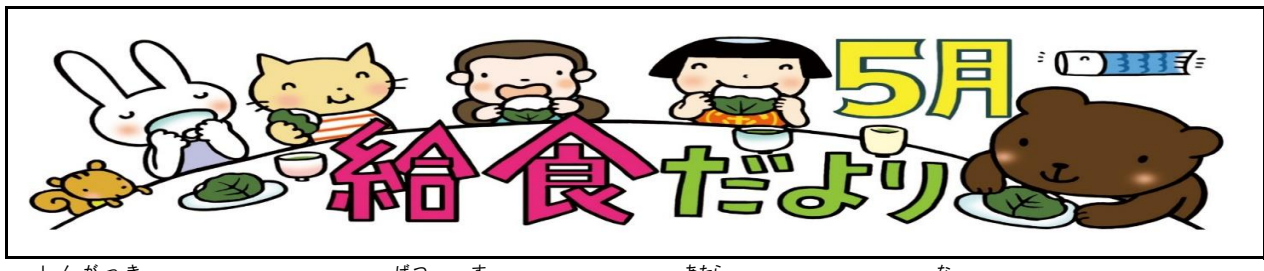


給食指導目標
〇衛生に気をつけよう

嘉手納町立学校共同調理場
☎ 956－3106

新学期がスタートして1ヶ月が過ぎました！！新しいクラスには慣れましたか。
緊張もとけてくる5月、早寝・早起き・朝ごはんで、規則正しい生活を送りましょう。
そろそろ暑くなってくる時期です！！水分補給をしっかり行い、元気に過ごしましょう。

～衛生に気をつけよう～

どんな朝ごはんを食べていますか？

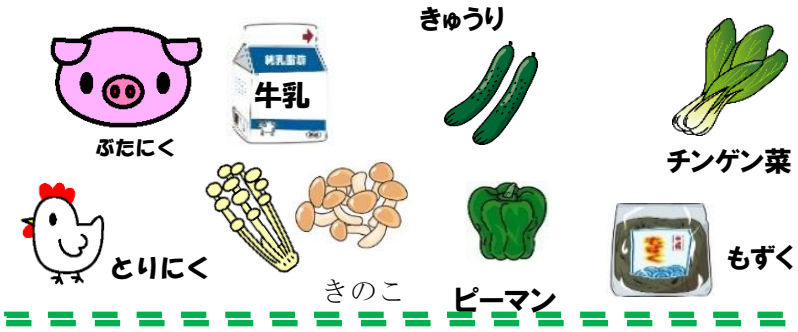
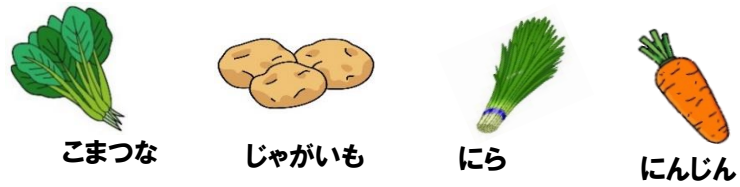
朝ごはんを食べているといっても、内容について振り返ってみたことはありますか？「菓子パンだけ」や「ふりかけごはん」だけの人は、少しずつでも、もう1品増えるように努力してみましょう。夕ご飯のおかずの残りを食べる、ゆで卵をつくるなど、少しの工夫で栄養バランスもよくなりますよ。

卵やツナのおかず
野菜が具のスープ

納豆または卵を使ったおかず
野菜が具のみそ汁

★今月のうちなーむん★

～給食で使われる県産品を紹介します！！～　※天候等によって産地が変更になる場合もあります。



嘉手納町内の農家さんが作った野菜