

栄養教諭 赤津由紀子先生による食育授業

メニュー「ツナご飯（もやし炒めと目玉焼きのせご飯） みそ汁 フルーツヨーグルト」



にんじんの千切りばっちり。



火加減調整しています。



焦がさないように。

のりはばらばらと！



ねぎやバナナを切るのはまかせて



混ぜるのも大変！

ひとつまみってどれ位かな？
指3本くらいでとれる位だよ。



みそ汁は火にか
けなくても作れ
ます。



- 食育講話（まとめ）
- ① 自分でできることを少しずつ頑張りましょう。
 - ② 朝食をしっかりと食べてきましよう。