



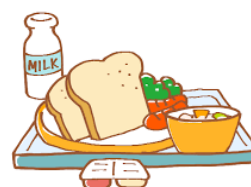
# 食べ物のはたらきを知ろう



学級活動の時間に、栄養教諭の先生から  
食べ物の働きについて教えていただきました。



苦手なメニューだけ極端  
に減らしてしてしまうと、  
栄養のバランスが崩れて  
しまうね。



授業を終えて・・・

- ・「赤・黄・緑」の食材の働きがよく分かりました。
- ・ちょっとずつ苦手な食材にも挑戦してみようと思いました。

給食にはどんな食材が  
使われているのだろう？

赤・黄・緑の食材がバランスよく  
使われているんだね！

