

# 給食だより 5月

太田市立太田東小学校

新学期がはじまり、1ヶ月がたちました。新しいクラスには慣れてきましたか？この時期は、これまでの

緊張がほぐれ、疲れが出やすい時期です。体調をくずさないように、生活リズムをととのえましょう。

**5つの力、朝ごはん!** **まいにちげんき 毎日元気!**

**脳がはたらく!**  
脳にエネルギーをチャージします。

**肥満も防ぐ!?**  
朝食を抜く子に太りすぎがよく見られるそうです。

**体をウェイクアップ!**  
朝ごはんでは体全体が目覚め、温まります。

**おなかが動きだす!**  
おなかがはたらきはじめ、すっきり排便できます。

**生活習慣病を予防!**  
朝食は規則正しい生活リズムをつくり、健康を守ります。

## 5月5日はこどもの日

5月5日はこどもの日です。この日は「たngoのせっく」といって、昔からこいのぼりや、よろいかぶとをかざったり、しょうぶという薬草のおふろに入ったり、かしわもちを食べたりして、男の子の厄よけや成長をお祝いしてきました。

5月2日の給食は『こどもの日メニュー』として、柏餅が給食に登場しますよ。

## おたしとくさん とうじょう 太田市特産のこだますいかが登場します!

6月の給食に、太田市の特産品、こだますいかが登場します。太田市は、

こだますいかの生産量が群馬県第1位です! 給食では、農家の方に大切に育てていただいた

『まなむすめ』という品種を使う予定です。お楽しみに!!

