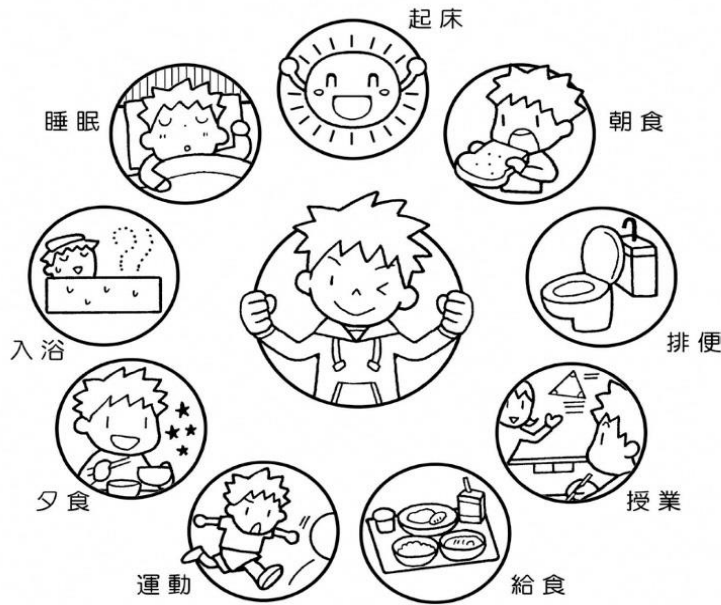




9月給食だより

平成30年度
高岡市立太田小学校

夏休みはどのように過ごしましたか？長い休みが明けると、子供たちの生活リズムの乱れが多くみられます。残暑が厳しいこの時期は、夏の疲れが出てくるとともに、朝夕の気温の変化のために体調を崩しやすい時期でもあります。9月はまずきちんとした生活リズムを取り戻すよう、「早寝早起き朝ごはん」を実践させましょう。



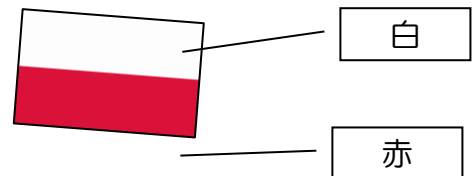
生活リズムを ととのえよう!

夏休み中に、朝寝坊をしたり夜更かしをしたりしていませんか？
しっかり勉強して運動するためには、食事、勉強、運動、睡眠等の日常生活を規則正しく行って、生活リズムを整えることが大切です。



ポーランド献立について

国旗



9月27日(木)はポーランド献立です。平成29年7月、東京オリンピックに向けて、以前より交流があったことから高岡市がポーランドのホストタウンとなりました。登録後、女子レスリングのポーランドと全日本の合同合宿(平成30年5月)を受け入れました。

子供たちが食文化を通して、ポーランドへの興味・関心をもつきっかけになればと思います。

カイザーロール

オーストリア生まれのロールパン。ポーランドでよく食べられているよ！
丸パンに風車のような模様が入っているんだ。

変わりミートローフ

ポーランドには海もあるけれど、肉がよく食べられているんだって！

ザワークラウト風サラダ

ザワークラウト＝乳酸発酵させた料理のこと。給食では酢を使った酸っぱいサラダにしたよ！

トマトとレタスのスープ

家庭料理で、トマトのスープがよく食べられているんだ。元気が出そうだね。

チーズケーキ

世界最古のチーズ作りの跡が発掘されている。世界で最初にチーズが生まれたってことだね。

