

## 給食指導４年生（11月26日）

給食センターから栄養教諭の先生に来てもらって、2年生に続いて給食指導をしていただきました。4年生のテーマは「成長と栄養」です。手の骨格写真からスタートです。



食事の摂り方について学びました。  
どんな栄養素があり、どのような働きがあるのか？普段の食事の中には、  
それらが入っているかな？



成長期の子ども達には、バランスよく食べることが大切です。給食の献立は、そこをよく考えて作っています。ぜひ、朝食、夕食もバランスを意識して食べてみよう！

