

令和7年4月24日 木曜日 野菜350



★3色ナムル
☺八王子産小松菜使用

★☆☆豚キムチ
☺八王子産白菜キムチ、長ねぎ使用

★牛乳

★ごはん

★コーンと卵のスープ

令和7年4月24日 木曜日

しっかり食べよう！野菜350

「野菜350」は、生活習慣病予防のために、野菜を1日に350g以上たっぷり食べることをすすめています。

日本では毎年、国民の健康と食事について調べています。そこで、7歳～14歳が毎日食べている野菜の量は平均241gだと分かりました。

このことから、意識して食べることが大切だとわかりますね。





クロームブックに食育ページが誕生！

食育ページには、食育メモ、調理動画、農家さんのメッセージなど、給食や食べ物についての情報がたくさん載っています！

授業での調べ学習にもピッタリ！

家でも見られるので、家の人と一緒に、動画を見ながら料理をするのもいいですね！

学校でも家でも、たくさん活用してください☆



食育ページ
の場所



このアイコン
が目印★

掲載場所：八王子市GIGAスクール情報ポータル→はちっこルーム→食育