



令和5年度

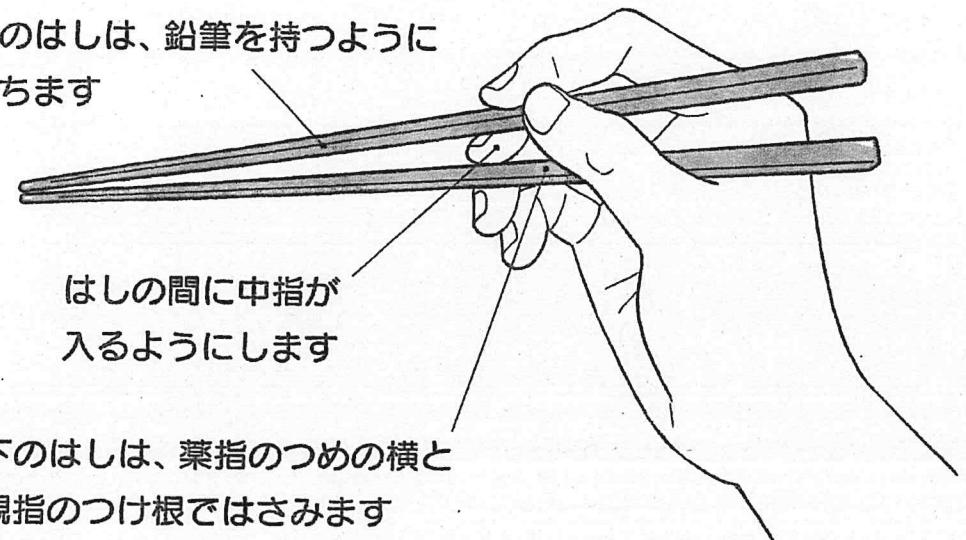
2月号

中野区立第七中学校

はしを正しく持つと小さな豆もつまむことができ、食事がしやすくなります。また見た目も美しくなり、気持ちよく食事ができます。はしは毎日使うので、正しい持ち方を身につけておきましょう。

はしの正しい持ち方

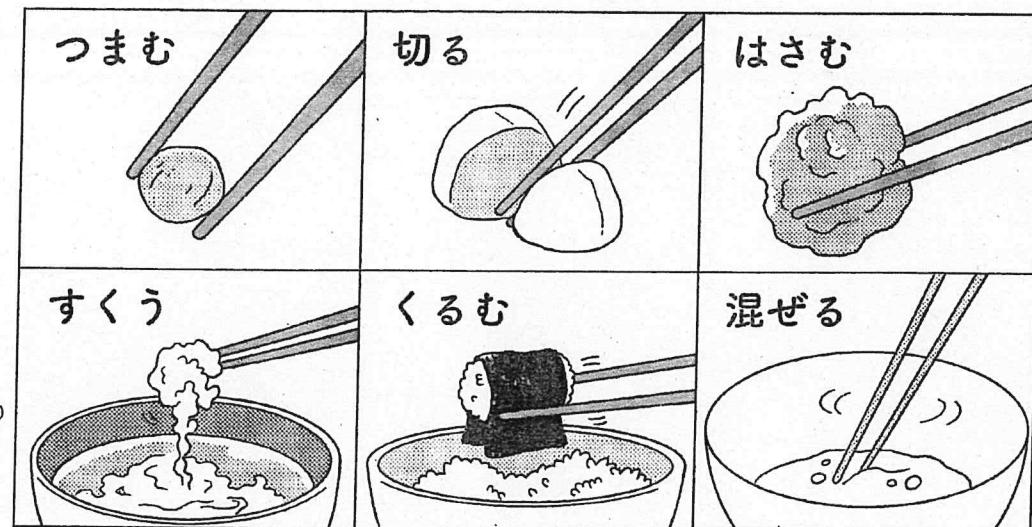
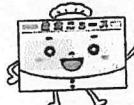
上のはしは、鉛筆を持つように
持ちます



はしの間に中指が
入るようにします

下のはしは、薬指のつめの横と
親指のつけ根ではさみます

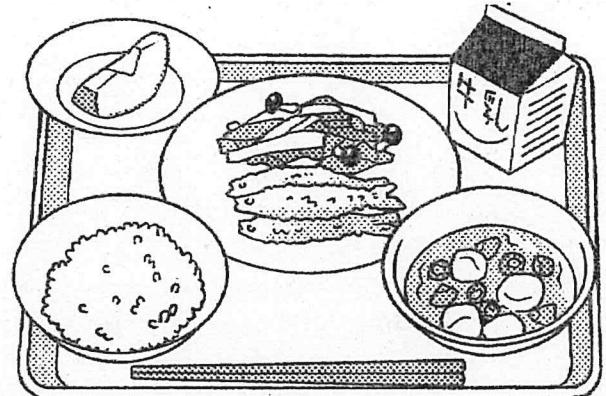
はしの役割



きゅーたん

栄養バランスのよい給食

給食はいろいろな食材が使われており、栄養バランスが考えられています。成長期にあるみなさんの成長を支えているので、しっかり食べましょう。



柑橘たべくらべ

2/5 (月)

ぽんかん

インドの地名
パーイ(Poona)が
名前の由来とされている
酸味りほめ
濃厚な甘さ!!

どの柑橘の
かんかん
好きですか??

2/16 (金)

せとか

「柑橘の王トロ」
皮がくすぐ
とろーりとした
甘さが牛乳飲料☆
アーモンド入りにっこり!!

2/29 (木)
ごくほん

不知火(しらぬい)という
品種の柑橘で
糖度13%以上あるのが!
てんぱんと名前を二重にOK!!
アーモンドは「sumo」という
名前で売られているよ!!
(おすもうさんのまげにアーモンド)

2/5 (月)

ぽんかん

インドの地名
パーイ(Poona)が
名前の由来とされている
酸味りほめ
濃厚な甘さ!!

どの柑橘の
かんかん
好きですか??

2/16 (金)

せとか

「柑橘の王トロ」
皮がくすぐ
とろーりとした
甘さが牛乳飲料☆
アーモンド入りにっこり!!

2/29 (木)
ごくほん

不知火(しらぬい)という
品種の柑橘で
糖度13%以上あるのが!
てんぱんと名前を二重にOK!!
アーモンドは「sumo」という
名前で売られているよ!!
(おすもうさんのまげにアーモンド)