

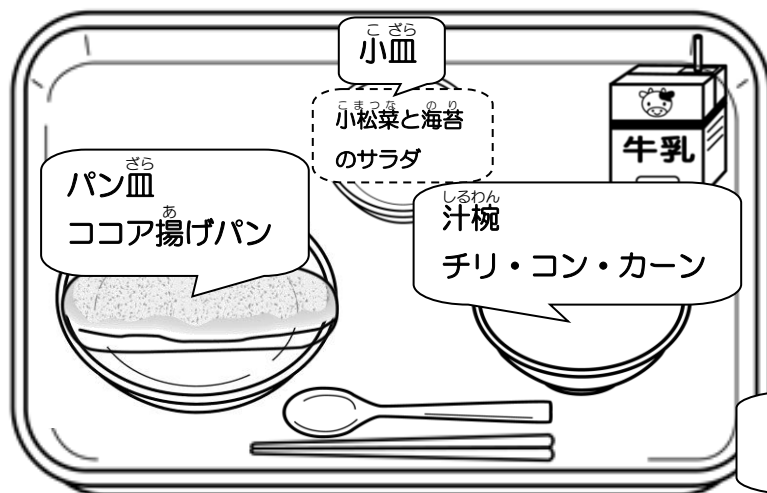


きゅうしょくニュース



れいわ ねん がつよう か きんようび
令和6年3月8日金曜日

ねん くみ 6年2組のリクエストメニュー



ていきてき うち
定期的に お家に
びちく
備蓄している
た もの かくにん
食べ物を 確認
してね!



と す
取り過ぎは 良くないけ
ど、 しょうす つきあ
上手に 付き合おう♪



確認!

きょう ねん くみ
今日は、6年2組のリクエスト「ココア揚げパン」です。

あ さとう つか あさって がつとうか
揚げパンには、砂糖が使われていますね。明後日3月10日は、
さとう ひ さとう ごろあ ひがしにほんだいしんさいはっせい
砂糖の日です。「310」という語呂合わせと、東日本大震災発生の
ぜんじつ さとう なが ほそん げん
前日ということで、「砂糖が長く保存できるエネルギー源であるこ
と」を通し、防災について考えよう、と制定された記念日です。

さとう しょうみきげん ほか しょうざい くさ こうか
砂糖には、賞味期限がありません。他の食 材も腐らせない効果が
てんねん ぼうふざい むかし さとう
あり、天然の防腐剤ともいわれています。そのため、昔 から、砂糖
つか ほそんしょく つく からだ きゅうしゅう
を使い、保存食が作られてきました。また、すばやく 体 に 吸 収 され、
のう げん つか しょうじ まんぞくかん しょうよく
脳のエネルギー源として使われ、食事の満足感をあげ、食欲を
おさ あんしんかん こうか
抑えたり、安心感をもたせたりする効果もあるそうです。

ほそんせい たか からだ こころ こうか びちく なか ひと
保存性の高さと、体 と 心 への効果から、備蓄の中に一つでも
あま い さいがいじ たす
「甘いもの」を入れておくと、災害時に助けになるそうですよ。

きょう きゅうしょく つか ちばけんさん た もの
☆今日の給 食に使っている千葉県産の食べ物☆

ぎゅうにゅう しょうが にんじん ふなばししさん こまつな のり
牛 乳 生姜 人参 きゅうり 船橋市産→小松菜 海苔

