



# 給食カレンダー

平成28年7月 新宿区立四谷第六小学校

こんげつ きゅうしよくもくひょう  
今月の給食目標

あつ ま からだ  
暑さに負けない体をつくろう!

月	火	水	木	金
<p><b>お肉の食中毒に気をつけましょう。</b> <b>こまめに手洗い！ 器具は清潔に！</b></p> <p><b>保管温度に注意！</b> <b>お肉やレバーはしっかり加熱しましょう！</b></p>				
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30
31	<p><b>朝ごはんをしっかり食べると…</b></p> <p>脳に栄養がいき、勉強に集中できる。</p> <p>体が温まり、元気に活動できる。</p> <p>心が満たされ、やる気が起きる。</p>			

## 夏休みが始まります!

いよいよ、皆さんが楽しみにしている夏休みが始まります。休みだからといって、“好きな時に起きて、好きな時に寝る”“好きなものを好きな時間に食べる”といったことがないよう、学校がある時と同じように規則正しい生活を心がけましょう。

牛乳や果物をプラスするとバランスアップします!



**朝ごはんをしっかり食べると…**

脳に栄養がいき、勉強に集中できる。

体が温まり、元気に活動できる。

心が満たされ、やる気が起きる。