



# きゅうしよくニュース



平成28年5月 池田松川学校給食センター

じょうぶ からだ

## 丈夫な体をつくらう

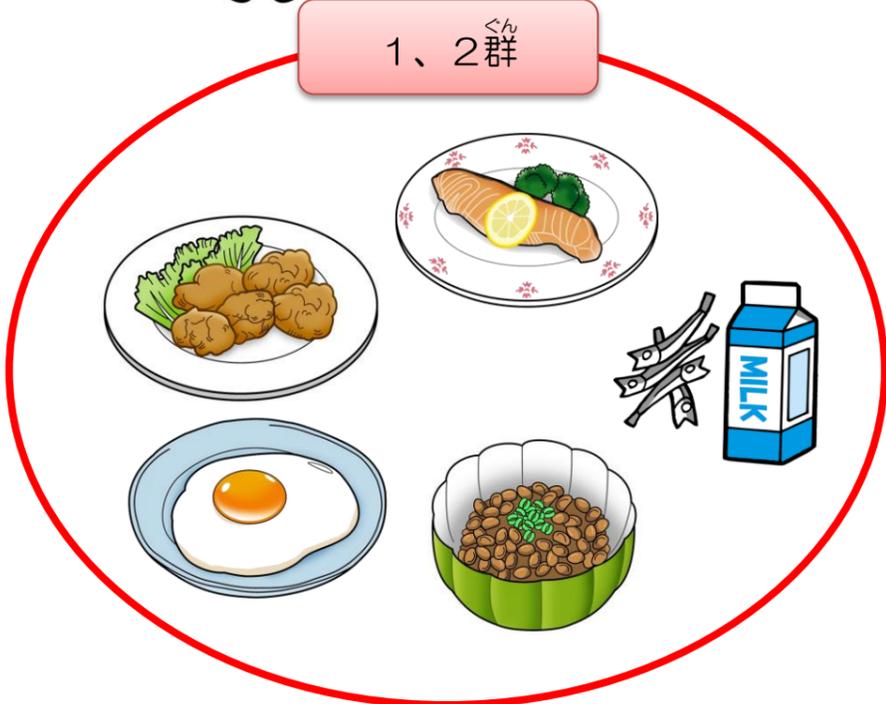
あか き みどり た もの じょうぶ からだ  
赤・黄・緑の食べ物をバランスよくとって、丈夫な体をつくりましょう。

にがて た もの ひと すこ た  
苦手な食べ物がある人も、がんばって少しずつ食べてみようね！！



あか なかま きんにく  
赤の仲間は、筋肉や  
ほね けつえき  
骨、血液をつくって  
くれるよ！

1、2群

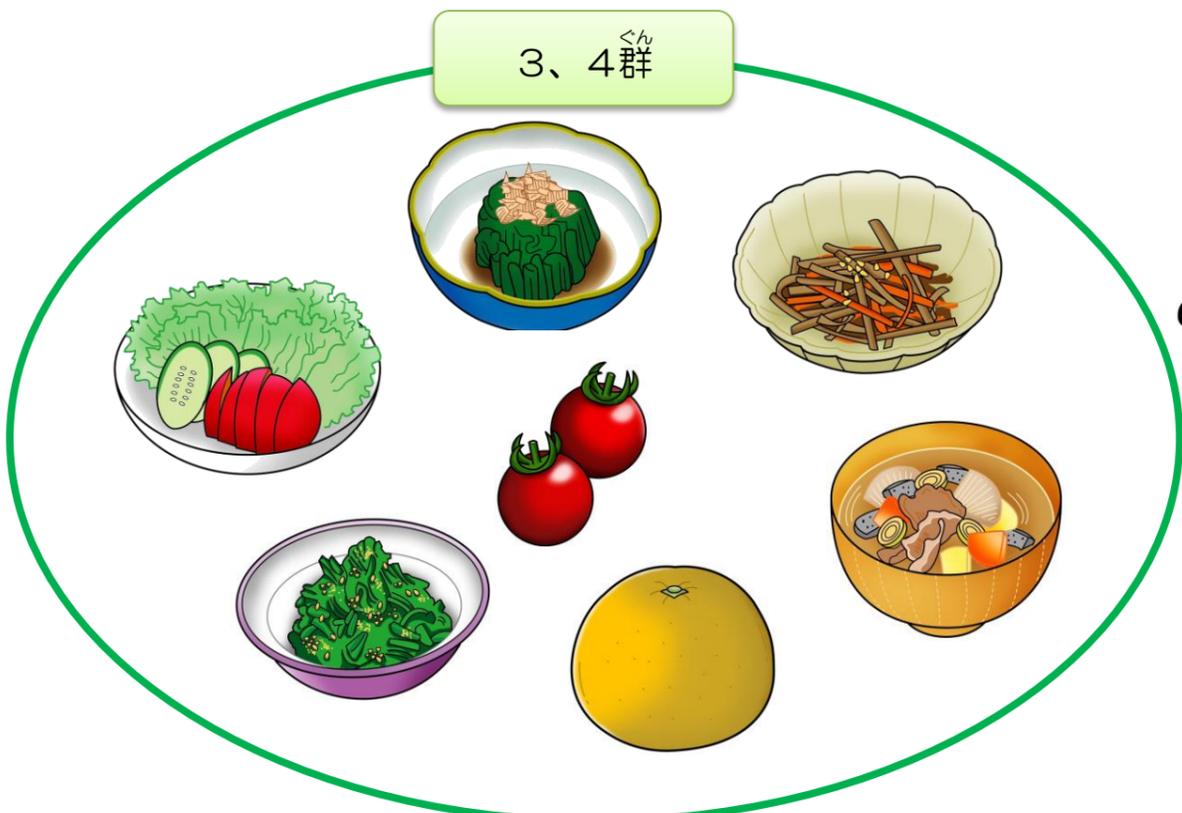


きいろ なかま げんき  
黄色の仲間は、元気  
からだ うご  
に体を動かすため  
の、熱や力のもと  
になるよ！

5、6群



3、4群



みどり なかま おお  
緑の仲間を多めに  
とってね

みどり なかま びょうき  
緑の仲間は、いろいろな病気  
から身を守ってくれるなど  
からだ ちょうし  
体の調子をととのえるよ！