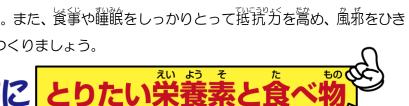
# 

江戸川区立 新田小学校

いよいよ弩拳器を塑え、額晩の冷え込みが嚴しくなりました。窶いと手を続うのが **懲劫になりがちですが、風邪や曽腸炎などの懲染症を防ぐには、せっけんを健った丁寧** な手続いが觧心です。また、後輩や齷飩をしっかりとって抵抗力を嵩め、風邪をひき にくい
、
学
な
な
な
を
つ
く
り
ま
しょ
う
。















## 強い抗酸化作用で体を守る







# もうすぐ冬休み!

草寝・草記きをし、朝・尾・夕の3食を欠かさず食べて、規則正し い生活を心がけましょう。



とうじは、1年のうちで最も太陽が低い位置に来るため、尾が短く、複が観 くなります。替は、太陽の力が最も弱くなる自とされ、この日を強に太陽 が生まれ変わり、運が高いてくるとっくなられていたことから、ゆず湯で身を驚 め、ボ気を払う小売や「ん」のつく食べ物を食べて「違」を呼び込む風習があ ります。

## 「ん」のつく食べ物で「蓮」を呼び込もう!

なんきん うんどん にんじん れんこん かんてん きんかん ぎんなん

#### 

6年生のみなさんが給後の献立を考えてくれました。8つの班の献立が12月から3月の間の給後で登場します。今回は、12月に登場する献立を紹介します。

#### ★12月2日(火)

【メニュー】

つけ麵(醤油)、一乳、ジャンボ揚げ酸学、 中華サラダ、みかん 6年生が考えてくれたメニューです。

### ★12月4日(木)

[メニュー]

オムライス、洋乳、フレンチサラダ、 ABC スープ、みかん 6年生が考えてくれたメニューです。



【メニュー】

ココア揚げパン、牛乳、肉団子とチンゲン菜の中華煮、 や 単サラダ、みかん

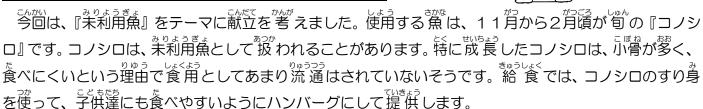
6年生が考えてくれたメニューです。

#### 



## きゅうしょくかつどう





SDGsにちなんで、和え物や汁物に使う野菜の中で、皮ごと提供できるものは、皮ごときれいに洗い料理に使います。

#### 

#### 【保護者の皆様へ】

2学期は、12月24日(水)でに対している。には、白衣を持ち帰りますので、洗濯をして、1月8日(木)の始業式に持たせてください。よろしくお願いいたします。