

# 一週間の給食調べ

5年1組 名前

給食の残量調べをしましょう。この調査をもとに、自分の栄養のとりかたについて、お家の方と一緒に考えてみましょう。

・食品を全部食べられたら、全部色をぬってください。半分なら半分色をぬりましょう。

日にち	食 品 名				
9 / 24 (金)	牛 乳	ベーコン	いんげん豆	豚 肉	たまねぎ
	にんじん	ピーマン	じゃがいも	きゅうり	パン
9 / 29 (水)	牛 乳	豚 肉	とり肉	しめじ	にんじん
	えのきたけ	たまねぎ	キャベツ	マカロニ	パ ン
9 / 30 (木)	牛 乳	いわし	ぶた肉	豆 腐	にんじん
	だいこん	ごぼう	こんにやく	じゃがいも	ごはん
10 / 1 (金)	牛 乳	ぶたひき肉	ピーマン	干しぶどう	にんじん
	じゃがいも	キャベツ	ブロッコリー	みかん	ナ ン

残した理由を書きましょう。

食品名	残した理由	食品名	残した理由

**食品分類表を見て、自分の給食の調査を振り返りましょう。**

自分の感想・改善する点

お家の方の感想（ご家庭では食べている食品を給食で食べていなかったり、ご家庭では食べていない食品を給食で食べていたりしませんか？）

食品分類表の添付

[http://www.nicer.go.jp/ingredients/food\\_\\_Q.html](http://www.nicer.go.jp/ingredients/food__Q.html) で検索すると食品成分表が出てきます。