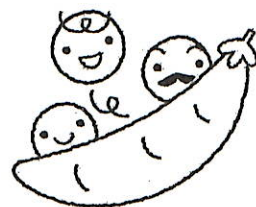


5月 予定こんだて表

鏡石町立鏡石中学校

＜今月の目標＞ 栄養バランスの良い食事をしよう！

- ・できるだけ主食、主菜、副菜のそろった食事を心がけよう。
- ・特に野菜をたくさん食べよう。
- ・牛乳、乳製品を毎日食べて、カルシウムをしっかりとろう。
- ・自分自身で食事を準備してみよう。



しっかり栄養をとって、元気に登校しましょう！

18・月	19・火	20・水	21・木	22・金
分散登校日 給食なし	分散登校日 給食なし	分散登校日 給食なし	分散登校日 給食なし	分散登校日 給食なし
25・月	26・火	27・水	28・木	29・金

手洗い・うがい・消毒をこまめに行い、病気の予防に努めましょう☆

