

野菜炒めで、よい朝食を！

6年生では、5月に家庭科で「朝食を食べよう」の学習をしました。バランスのとれた朝食をとると、①脳を目覚めさせ、体温を上げ、排せつを促す②1日の生活リズムが整うことを学びました。その一環で、「ベーコン入り野菜炒め」の調理実習を行いました。日頃、ピーマンが苦手な児童も、自分で作った料理は、とてもおいしかったようで、残さず食べました。できることが増えたので、家族のために、作ってほしいと思います。

