

しまね きゅうしょく  
島根の給食



ほん さくしゃ  
本の作者：エコー、アン

Books created by Echo Zhang and Ann Wong  
Images photographed by Echo Zhang and Ann Wong  
May 2019  
JPN302 Spring 2019  
Tadoku Project at Smith College

# しまね 島根はどこにありますか？



しまね にほん ちゅうごくちほう  
島根は日本の中国地方にあります。

しょうがっこう きゅうしょく しまね  
小学校の給食はおいしいから、島根の

しょうがっこう ひる じかん い  
小学校のお昼の時間に行きましょう！



ひる じかん  
12:00PM お昼の時間です！

きょうしつ そと なら  
みんな教室の外に並びます。そし

しょくどう い  
て、食堂に行きます。

とうばん ひる はん わ  
12:05PM 当番はお昼ご飯を分けます



い ろくねんせい ひるとうばん にい ねえ  
五、六年生のお昼当番のお兄さんとお姉さ

たち きゅうしょく じゅんぴ  
ん達がみんなの給食を準備しました。

いちねんせい いちねんせい て え ぶ る ま  
一年生のみんなは一年生テーブルで待ちま  
す。

とうばん ひる はん しょうかい  
**12:10PM 当番はお昼ご飯の紹介**

みんな食堂で食べます。当番たちはみなさんの前で、お昼ご飯のメニューを紹介します。



きょう なに た  
**今日は何を食べますか？**

今日の給食はビビンバです。野菜はキャベツとにんじんときゅうりです。キャベツは隣の町の三刀屋農家からのです。体にとても良いですよ。そして、牛肉は蛋白質です。食べたら、体が強くなりますよ。それから、ビビンバのご飯はいい炭水化物ですよ。じゃあ、みんなおいしく食べましょう！



# ひる はん ないよう お昼ご飯の内容

まいつき あたら め に ゆ まいにち  
毎月、新しいメニューがあります。毎日の

きゅうしょく ちが まいにち きゅうしょく  
給食が違います。でも、毎日の給食はいつ

やさい たんすいかぶつ たんぱくしつ ぎゅうにゆう  
も野菜、炭水化物、蛋白質、牛乳があります

ばらんす  
ね。バランスがありますね～



ぎゅうにゅう  
牛乳

よしだしょうがっこう しまねけん がっこう  
吉田小学校は島根県にある学校です。あそのこの

しょうがっこう きゅうしよく きつぎぎゅうにゅう の  
小学校の給食で木次牛乳を飲みます。

きつぎぎゅうにゅう しょうがっこう ちか のうじょう つく  
木次牛乳は、小学校に近い農場で作ります。お

いしいですよ！



12:15PM 「いただきます！」

みんなお<sup>おなか</sup>腹<sup>す</sup>が空いたでしょう。じゃあ、

よしだしょうがっこう<sup>いっしょ</sup>のみんなと一緒にいただきます

を<sup>い</sup>言いましょう！



## 12:45PM 「おかわり！」

みんなよく食べましたね！でも、野菜と魚がまだあります！

先生は「お魚のおかわり?!」「野菜のおかわり?!」と聞きます。もっと食べたい人はおかわりします。そうしたら、残り物はあまりなくなりますよ。よかったですね！

みんな一緒に頑張って、体にいい食べ物を選びましょう！そして、食べ物は大切にしましょう！

