

6月給食たより

令和 6 年 5 月 28 日
江戸川区立小松川小学校
校 長 坂野 眞 太 郎

気温と湿度が高くなり、食品の取り扱いに特に注意が必要な時期です。給食では、より一層の衛生管理の徹底を図り、安全な給食運営ができるよう努めてまいります。ご家庭におかれましても、肉などは十分加熱し生食は避けるなど、衛生管理、体調管理に気をつけてください。



「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？

◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上での基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。



家庭で取り組みたい「食育」

朝ごはんを食べる 	家族で食卓を囲む 	一緒に食事の支度をする 	わが家の味を伝える
---------------------	---------------------	------------------------	----------------------

6/4～10は歯と口の健康習慣です。給食でも茎ワカメの金平や、いかとあさりのトマトパスタ、カリカリひよこ豆のサラダなど、かみごたえのある食材を多く使用した「かみかみメニュー」を実施します。噛むことで唾液が多く分泌され、虫歯予防にもつながります。この期間は、よく噛むことを意識しながら給食を食べましょう♪

今年は、「給食後の歯みがき」も始まります。2年生から6年生は、1週間に1回、給食後、クラスごとに行います。

「食事をよく噛む」「食後の歯みがき」を習慣として身につけていきます。ご家庭でもご協力をお願いします。

今月の給食目標

衛生にきをつけましょう

感染症・食中毒から身を守るため、給食の持ち物を忘れないようにしましょう

◆給食準備中はマスクします。(マスクを必ず持参しましょう)

ハンカチ、ランチョンマットのご用意をお願いします。

(毎日洗濯をし、清潔なものをご用意ください)

今月の給食



今月は読書月間です。絵本とコラボした献立を実施していきます。

「今日は絵本の日〜」「今日の給食の本読んだことある」と子どもたちも楽しみにしてくれているようです。



13日(木)【14ひきのかぼちゃコロッケ】

- ごはん のりのつくだ煮
- かぼちゃコロッケ
- 糸寒天のあえもの
- かきたま汁

『14ひきのかぼちゃ』に出てくるかぼちゃ料理の中からかぼちゃコロッケを作りました。



25日(火)【りっちゃんのサラダ】

- こまつなベーコンチーズロール
- ポークビーンズ
- りっちゃんのサラダ

『サラダで元気』でりっちゃんがお母さんのために作ったサラダです。ハムや塩昆布、かつお節などが入った具だくさんのサラダを作ります。



10日(月)【おだんごスープ】

- 手作りシナモンロール
- カリカリひよこ豆のサラダ
- おだんごスープ
- オレンジ



『おだんごスープ』という絵本の献立です。おじいさんがおばあさんのおだんごスープを思い出しながら作るお話です。給食でもおじいさんが思い出して作ったおだんごスープをそのまま再現しました。



24日(月)【フルーツポンチ】

- ハヤシライス
- こまつなサラダ
- こくさんフルーツポンチ

『へんしんへんしんフルーツポンチ』のカラーで賑やかなフルーツポンチを作ります。はじめした今の時期にぴったりです！国産のフルーツで作ります。

