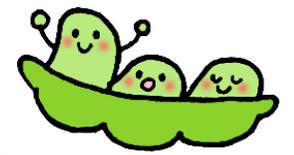


7月給食だより

令和7年7月
江戸川区立大杉第二小学校
校長 栄養士

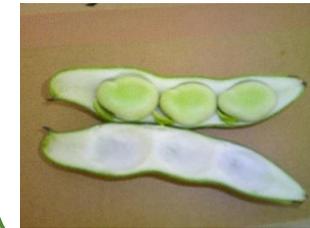
2年生 そら豆のさやむき



6月10日に、2年生がそら豆のさやむきをしました。
さやの中のふわふわをさわって、全校児童分のそら豆をむきました。



そらまめ



空に向かったのびることから、「そらまめ」とよばれます。豆板醤の原料としても使われます。

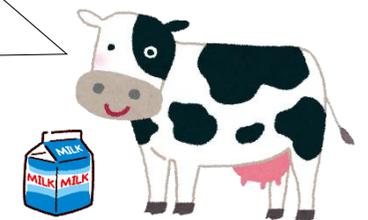
- さやの中は、ほんとうにふわふわ！
- 豆が大きい！ つるつるしている！

観察もしました。むいたそら豆は、給食の時においしくいただきました！



夏休みも牛乳を飲もう！

夏休みになって給食がなくなると、カルシウムの摂取量が減るというデータがあります。成長期には欠かせない栄養素なので、飲むようにしましょう。



～セレクト給食があります～

7月17日（木）に、セレクト給食があります。セレクト給食は、自分で食べたいほうを選ぶので、残さいが減るメリットがあります。今回は、主菜と果物を選びます。

主菜
チキンカツ
イカフライ

果物
パイナップル
こだまスイカ

1学期の給食は、7月17日（木）で終了です。
2学期の給食は、9月1日（月）始業式の日から始まります。

ランチョンマット・マスクの用意をお願いします。
白衣を持ち帰った人は、新学期に白衣を忘れずに持ってきてきましょう。



お弁当作りの食中毒防止対策



調理のポイント 	手をきれいに洗う 	肉以外の食材はよく洗う 	おかずは中心部までしっかり加熱する 75℃ 1分以上 	作り置きのおかずも再加熱する
詰めるときのポイント 	汁気や水分をよく切る 	仕切りやカップを利用する 	ごはん、おかずは冷ましてから詰める 	なるべくすき間なく詰める
保存のポイント 	冷蔵庫や涼しいところに保管して、早めに食べる 	持ち歩くときは、保冷剤・保冷バッグを利用する 		