



6月給食だより

令和6年5月31日
江戸川区立大杉小学校
校長 藤田 暁美
栄養士

安全 あんぜん においしく おいしく 給食 きゅうしょく を食べる た ために

食べることはごく当たり前のことで、「かんで飲み込む」という動作を意識しながら食べている人はあまりいないかもしれません。ですが、食べ物 た の形状 けいじょう によっては、よくかまずに飲み込んでしまうと窒息 ちっそく する危険 きけん 性 せい があります。給食 きゅうしょく を安全 あんぜん においしく食べるために、以下のことに気 き をつけましょう。



6月の給食目標 しょうぶな骨や歯を作る食事をしよう!

6月4日からの1週間は、厚生労働省、文部科学省、日本歯科医師会、日本学校歯科医会が実施する「歯と口の健康週間」です。食事をおいしく食べて、健康な体をつくるには、歯と口が健康でなくてはなりません。丈夫で健康な歯と口を保つために、日頃からよくかんで食べる習慣をつけましょう。

歯と口の健康を保つには？

★食事やおやつは決まった時間に食べる



★食べた後はしっかり歯をみがく



★カルシウムを意識してとる
カルシウムが多くとれる食べ物



食育ニュース



5月17日（金） グリンピースのさやむき

2年生がグリンピースのさやむきをしました。冷凍食品や缶詰で食べられることが多いグリンピースですが、旬にはさやつきのものが出回ります。

旬について栄養士から話を聞いた後に、さやむきをしてもらいました。昨年度行ったとうもろこしの皮むきとは違う手先をよく使います。子供たちは、真剣になってむいていました。



【バイキング給食に関して】

給食だより4月号では全学年バイキング給食を行うと掲載しましたが、材料費等の価格高騰により行うことが難しくなりました。そこで、バイキング給食の代わりに、各クラスに給食リクエスト券を配るなどを行いたいと思っております。

6月10日（月）から読書月間が始まります！

6月の給食で、絵本の中に出てきた料理を提供します。物語を読み進める中、食べ物がたくさん出てきます。主人公の好きな食べ物も出てくるので食べ物にスポットを当てて読み進めてみましょう。

6月11日（火）：きつねうどん【きつねうどん たぬきうどん】（古内 ヨシ さく）

6月13日（木）：チーズ入りポテトオムレツ

【あれこれたまご】（とりやま みゆき 文中の 滋 絵）

6月14日（金）：肉じゃがコロッケ【11ぴきのねことあほうどり】（馬場 のぼる 著）

6月17日（月）：ガーリックトースト【からすのパン屋さん】（かこ さとし さくえ）

6月20日（木）：豚肉と豆もやしの甘辛炒め

【だいず えだまめ まめもやし】（こうや すずむ 文・なかじま むつこ え）

ゆでそら豆【そらまめくんのベッド】（なかや みわ さくえ）

6月27日（月）：イワシのかば焼き

【きょうのおべとなんだろな】（きしだ えりこ さく・やまわき ゆりこ え）