

# 6月 給食だより



平成26年5月30日  
練馬区立中村西小学校  
校長 福田 純子  
栄養士 川島 夕子

6月は食育月間です。中村西小学校では毎日の給食の時間に「スクールランチ」というちょっとしたおたよりを出して、それぞれのクラスで読んでもらっています。食に関することや、食べることの大切さ、給食を作っている調理員の思いなど、給食のことを少しでもしてほしい、感じてほしいという思いからです。この「スクールランチ」を楽しみにしてくれている子供たちもいて、とてもうれしく思います。

ご家庭でも、「食の大切さ、食の楽しさ」について考えてほしいと思います。

## 6月は 食育月間

です!

### 献立紹介

<p>● 食事の重要性の理解 ●</p> <p>食べることの大切さ、食事の喜びや楽しさを理解する。</p>	<p>● 心身の健康 ●</p> <p>健康や成長のために望ましい食事の取り方を知り、自分で管理できる。</p>	<p>● 食品を選択する力 ●</p> <p>正しい知識や情報に基づき、食品の品質や安全性を自ら判断できる。</p>
<p>● 感謝の心を持つ ●</p> <p>食べ物を大切に、生産、流通、調理など、かかわる人々に感謝する心をもつ。</p>	<p>● 社会性を養う ●</p> <p>食事のマナーをはじめ、食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<p>● 食文化の理解、尊重 ●</p> <p>各地域の産物、食文化や食にかかわる歴史を理解し、尊重する心をもつ。</p>

#### ◎9日月曜日：真珠団子

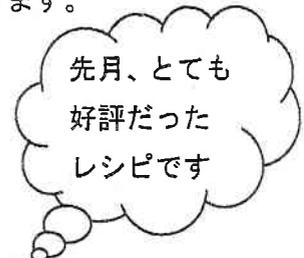
6月の誕生石である真珠に合わせて、真珠団子を作ります。ひき肉で団子を作り、そのまわりにもち米をつけて蒸すと真珠のようなお団子の出来上がりです。

#### ◎13日金曜日：あじさいゼリー

牛乳ゼリーの上に角切りにしたぶどうゼリーをのせ、あじさいをイメージしたゼリーを作ります。

#### ◎16日月曜日：あじさいごはん・そらまめ

黒豆を使ってうす紫色のご飯を炊き、梅チップをまぜあわせませます。  
また、そらまめは1年生の子供たちがさやむきのお手伝いをしてくれます。



### レシピ紹介

#### オニオンドレッシングサラダ (5人分)

きゃべつ	1/6個	サラダ油	大さじ 2	①たまねぎはすりおろして、ほかの調味料と一緒に火にかけ、たまねぎの辛味を取るようにする。 ※給食では野菜を全てポイルしています。
もやし	1/2袋	三温糖	大さじ 1	
にんじん	1/8本	酢	大さじ 1	
きゅうり	1/2本	こいくちしょうゆ	大さじ 1	
ホールコーン	25g	粉からし	小さじ 1/4	
		塩	少々	
		たまねぎ	1/10個	

**6月分の給食費は6月27日(金)に引落されます。通帳をご確認ください。**

〈ご注意〉学校給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日までの入金をお願いいたします。なお、未納の状況に応じて、必要な法的措置をとる場合があります。