



令和5年度



6月給食だより

練馬区立光が丘秋の陽小学校
校長 関根 幸男
学校栄養士 山本 わかな



5月17日(水)1年生が、空豆のさやむきを行いました。絵本の「そらまめくんのベッド」の読み聞かせを聞いてから、「そらまめくんのベッド」に出てくる豆の写真をみたり、空豆の名前の由来を勉強したりしました。

空豆のさやむきをすると、最初は「硬くてむけない」と言っていたのですが、2本・3本とむいていくうちにコツをつかんだようで、みんな上手にさやをむいていました。小さなそら豆を見て「豆の赤ちゃんだ」、さやを触って「ふわふわだ」などの声が出ていました。

給食の時間には、「はじめて食べる」「おいしい」「にがい」「苦手」など、いろいろな感想が聞けました。



早ね・早おき・朝ごはん

※早ねをすると朝、しっかりと起きることができます。しっかりと朝食を食べて、元気に学校へ登校してきてください！

☆6月の主な食材使用予定産地。

牛乳は、東京・群馬・山梨・岩手・青森・秋田・宮城・山形・北海道

産地	青森		山形	群馬	茨城	栃木	埼玉		長野
食材名	ごぼう にんにく	りんご	さくらんぼ 小玉すいか	たまねぎ 白菜	さつまいも レタス	もやし アスパラガス	ほうれん草 なす	小松菜 里芋	えのき しめじ
産地	練馬			千葉		静岡	愛知	佐賀	長崎
食材名	たまねぎ きゅうり	キャベツ 大根	にんにく	チンゲン菜 にら	ねぎ にんじん	セロリー パセリ	トマト キャベツ	たまねぎ	じゃが芋 生姜

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」

学校では、教育活動全体を通じて食育の推進を図っています。

生涯を通して健康な心身を育む上で、「食べることは」何より大切です。御家庭でも、できることから「食育」に取り組んでいただければと思います。

家庭での「食育」実践度チェック！



<input type="checkbox"/> 毎日、朝食を食べていますか？ 	<input type="checkbox"/> 家族みんなで食卓を囲んでいますか？ 	<input type="checkbox"/> 行事食や郷土料理を取り入れていますか？ 	<input type="checkbox"/> 食品表示や産地を意識して食品を選んでいますか？ 	<input type="checkbox"/> 食材を無駄なく使い、残さず食べていますか？
---	--	--	--	--



ご家庭でも食と健康を意識して、身近なことから「食育」に取り組んでみてください。

6月の献立より

7日(水)『練馬産キャベツ一斉給食』です。練馬区で生産されたキャベツを区内の小・中学校の給食で一斉に使用します。地元で収穫された野菜を食べることで、食料の生産や流通などに関わる人の努力を身近に感じ、生産者の方への感謝の気持ちを育ててほしいと思います。秋の陽小では回鍋肉を作ります。



©2011 練馬区ねり丸

20日(火) 真珠団子は、肉団子のまわりにもち米をつけて蒸したものです。

給食費引き落とし日は、6月5日(月)と再振り替え19日(月)