

平成25年度

6月給食だより

練馬区立旭丘小学校

梅雨の季節を迎えました。気温や湿度が高いと、何となく調子が悪い、疲れやすい、元気が出ない、という人が増えてくるようです。早寝早起きをする、毎日必ず朝ごはんを食べる、好ききらいしないで何でも食べる、このようなことを心がけることで、ずい分改善されると思います。毎日の生活を見直して、元気に過ごしてほしいと思います。



6月の給食目標は、『衛生に気をつけて食事をしよう』です。

ジメジメ、ムシムシする梅雨の季節は、バイキンがたくさんふえてしまいます。給食の時は、きちんと身の回りを片付けて、清潔にしましょう。石けんで手をきれいに洗い、ハンカチでしっかりふきましょう。



◆今月の献立から◆

4日(火) **むし歯(6月4日)予防の献立**

良い歯をつくるための献立です。よくかんで食べて健康な歯を目指しましょう。



17日(月) **お誕生日お祝いデー**

デザートは、「ブルーベリーヨーグルトプリン」です。旬のフレッシュなブルーベリーの、さわやかなデザートです。6月生まれのみなさん、お誕生日おめでとうございます!

27日(木) **なかよし給食**

1年生は、なかよし班で食べる初めての給食です。この日の給食はみなさんに人気のメニューです。楽しみにしていて下さいね! なかよく、楽しく食べましょう。

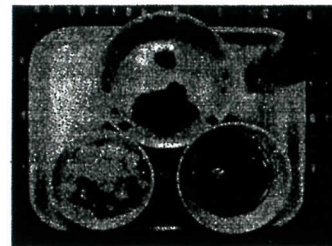
1ねん1くみ そらまめのさやむき

5月23日(木)の2校時、1年1組のみなさんに、給食に出る空豆のさやむきをしてもらいました。さやむきの前に、「そらまめくんのベッド」の絵本を読んであげました。みんなとても静かに聞いていました。



さあ、いよいよ、さやむき開始です。始めは「むけない・・・」と何人かの子供たちからSOSが。でも、最後にはみんな無事にむくことができました。さやの中のふわふわの手ざわりを楽しんだり、ベッドを並べてみたり、また、小さな赤ちゃんそら豆を発見して大喜びしたり!

むいたそら豆は、給食室にもっていきました。「みんなでむいた空豆です。よろしくお願ひします!」さやむきのお手伝いをしてくれたお礼に、今日は特別に給食室の調理の様子をちょっとだけ見学。大きなへらや、炊きあがったご飯の湯気に、みんな感動!



そら豆は苦手な子が多いけど、今日のそら豆は、みんなでいしょうけんめいむいた空豆です。もちろんみんな、食べられました。良かったです!子供たちにとって、食の良い経験のひとつになれば、とても嬉しく思います。これからも、食べることを大切にする子供たちになりますように・・・。

6月20日(木)は、子供たちが毎日食べている給食を体験できる、年に一度の給食試食会です。ぜひご参加下さい。よろしくお願ひ致します。♪♪♪♪♪