

平成30年度

6月給食だより

練馬区立旭丘小学校

もうすぐ梅雨の季節です。気温が高く、湿気が多いと、食中毒が発生しやすくなります。給食室ではいつも以上に衛生に気をつけて、給食を作っています。



今月から水泳指導が始まります。プールの時間を元気に過ごせるように、必ず朝食を食べてから登校するようにしましょう。

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。



食中毒を防ぐには、まず手をきれいに洗うことが基本です。外から帰ってきたとき、調理や食事をする前、トイレから出たときはもちろん、調理中に生の肉や魚を扱ったとき、卵を割った後などにも、こまめに洗いましょう。

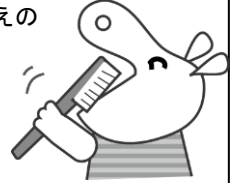
手の洗い方

- 流水で汚れを簡単に洗い流す
- せっけんをつけて十分に泡立てる
- 手のひらを合わせてこすり洗いする
- 手のひらと手の甲を合わせてこすり洗いする
- 指の間、指先(爪の間)を洗う
- 反対側の手でねじるようにして、親指、手首を洗う
- 流水でせっけんと汚れを十分に洗い流す
- 清潔な乾いたハンカチやタオルで水気をふきとる

◆今月の献立から◆

4日(月) 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。ごぼうなど、かみ応えのある食材や、緑黄色野菜や、骨ごと全部食べられる魚など、カルシウムを多く含む食材を使って作ります。よくかんで食べて健康な歯を目指しましょう。



11日(月) 入梅の献立

入梅の頃、まいわしは脂がのって一番おいしい時期になり、『入梅いわし』というそうです。そのいわしで「いわしの梅煮」を作ります。

20日(水) 夏野菜のカレードリア

なす、ピーマン、さやいんげんなどの夏野菜をたっぷり使って、カレードリアを作ります。暑い季節におすすめの料理です。

22日(金) お誕生日お祝いデー

6月生まれのみなさん、お誕生日おめでとございます！旬の夏野菜でさっぱりしたスパゲティを作ります。お楽しみに！デザートは、牛乳とぶどうジュースで作った、あじさいの花のように見える「あじさいゼリー」です。お楽しみに！



給食の食材の主な産地(4月)

- 北海道(玉ねぎ)
- 青森県(ごぼう、にんにく、りんご)
- 茨城県(黄ピーマン、赤ピーマン、にら、白菜、さつまいも、れんこん)
- 栃木県(もやし、いちご)
- 群馬県(きゅうり)
- 埼玉県(里芋、ほうれん草、豚肉)
- 千葉県(ねぎ、大根、パセリ、大和芋)
- 東京都(のらぼう菜、小松菜、青梗菜)
- 神奈川県(きやべつ)
- 長野県(しめじ)
- 静岡県(にんじん、セロリ)
- 愛知県(きやべつ)
- 和歌山県(不知火、甘夏、清美)
- 鳥取県(豚肉)
- 愛媛県(せとか)
- 岡山県(マッシュルーム)
- 徳島県(きぬさや)
- 高知県(しょうが)
- 鹿児島県(じゃが芋)
- 沖縄県(いんげん)

保護者の方へお願い

- ★ テーブルナプキン、マスク、ハンカチを、毎日必ずもたせてください。
- ★ 学校給食費の徴収にご協力をお願い致します。今月の引き落とし日は、6月4日(月)です。
- ※1年生は、今月から給食費の引き落としが始まります。2回分の引き落としになります。