平成30年度

給食だより 7月号

練馬区立旭丘小学校

東京は、まだしばらく梅雨の季節が続きます。梅雨寒の日もあれば、蒸し暑 く気温が高い日もあり、陽気が不安定だと、食欲の落ちる子が出てきます。食 欲がなく、そのまま食べないでいると、体はますます夏バテします。

暑くても食事をしっかりとって、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



4日(水) ☆ 沖縄料理 ☆

「くあじゅうしい」は、沖縄の方言で、昆布と豚肉の炊き込みご飯のことです。デ ザートの「サータアンダギー」は、黒砂糖を使った沖縄風ドーナッツです。丸い形 にして油で揚げます。

6日(金) ☆ 七夕献立 ☆

星形のかまぼことオクラをちらし、そうめんを入れ七夕の天の川に見立てた「天 の川スープ」、星形のナタデココがのった「七夕ゼリー」が出ます。

18日(水) ☆ セレクト給食・お誕生日お祝いデー☆

こんねんとだい かいめ 今年度第1回目のセレクトは、冷たいデザートセレクトです。「フロース・ンヨーケルト」と 「夏みかんシャーベット」、どちらが人気でしょう?!「夏みかんシャーベット」は、 ヒラセュラヒったまたく 東京都の多摩地区で採れた夏みかんを使って作ったものです。

この日は影誕生日お祝いデーです。

7、8月生まれのみなさん、お誕生日おめでとうございます



ಕ್ಷಣ್ಣರಿಂದ ಕ್ಷಣ್ಣಕರ್ನರ ಕ್ಷಣ್ಣಕರ್ನರ ಕ್ಷಣ್ಣಕರ್ನರ ಕ್ಷಣ್ಣಕರ್ನರ

◆ 水泳指導が始まりました ◆

水泳は全身運動です。水の中は、思った以上 に体力を消耗します。プールの日は必ず朝食 を食べてから登校するようにお願いします。







学校給食費引き落としについて

学校給食費の徴収に

ご協力をお願いいたします。

7.8月の引き落とし日は、

7月4日(水)と、

8月6日(月)です。



7月の給食目標は、

『夏の食生活と健康について考えよう』です。

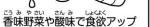
夏バテを防ぐ食事のポイント



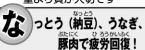
つぶん(鉄分)















優しい食事のとり方を!

1年生

空豆のさやむき

5月28日の給食に登場した空豆は、1 年生がさやむきのお手伝いをしてくれまし た。とてもていねいで、上手にむいてくれ ました。1年生のみなさん、どうもありが とうございました!



給食の食材の主な産地(5月)

- 北海道(玉ねぎ)
- ・青森県 (にんにく,ごぼう,りんご)
- · 岩手県 (鶏肉)
- ・茨城県(セロリ、ピーマン、ねぎ、にら、白菜 大葉, 豚肉, 小玉スイカ, チンゲンサイ)
- ・栃木県(もやし, アスパラガス, 卵, にら)
- 群馬県(みつば)
- ・埼玉県(ねぎ,キュウリ)
- ・千葉県 (大根,キャベツ,きゅうり,いんげん) ・岡山県 (マッシュルーム)

- 東京都 (キャベッ, キュウリ、ほうれん草, 小松菜) ・広島県(海苔)
- 神奈川県(キャベツ)
- 新潟県 (ノロメ)
- (えのき,なめこ,しめじ,如り)
- ・静岡県 (にんじん, 切り)
- 愛知県 (うずら卵, 青海苔, キャベツ)
- (玉ねぎ)
- 和歌山県(セミノール. カラマンダリン)

- ・高知県(しょうが) 佐賀県(玉ねぎ)
- ・鹿児島県(じゃが芋, そら豆)
- 沖縄県(かぼちゃ)

徳島県(にんじん)

香川県(玉ねぎ)

愛媛県(河内晩柑)