

令和元年度

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。

食中毒予防の基本!



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

- 3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。ごぼうやすめるめなど、かみ応えのある食材使って作ります。よくかんで食べて健康な歯を目指しましょう。
- 10日(月)お誕生日お祝いデー
6月生まれのみなさん、お誕生日おめでとうございます!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!
- 11日(火)入梅の献立
入梅の頃の「いわし」は脂がのって一番おいしい時季になり、『入梅いわし』といわれます。そのいわしで「いわしの梅煮」を作ります。
- 19日(水)練馬産キャベツを使用した全校一斉給食
区内の小中全校一斉に、「練馬産キャベツ」を使った給食を実施します。練馬区内でとれた新鮮なキャベツをたっぷり使って、「練馬キャベツのメンチカツ」を作ります!
- 25日(火)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。



給食の食材の主な産地(4月)

| | | |
|------------------------|--|--------------------|
| ・北海道(大豆,玉ねぎ) | ・千葉県(大根,さつまい) | ・兵庫県(マッシュルーム) |
| ・青森県(ごぼう,にんにく,りんご) | ・東京都(ほうれん草,小松菜,長ねぎ,白菜,のらぼう菜,きゅうり,チンゲンサイ,ミニトマト) | ・和歌山県(清見,甘夏) |
| ・宮城県(葉ねぎ) | ・神奈川県(キャベツ) | ・徳島県(にんじん,さやいんげん) |
| ・茨城県(豚肉,パセリ,れんこん,ピーマン) | ・長野県(えのきたけ) | ・愛媛県(たけのこ,河内晩柑) |
| ・栃木県(卵,もやし) | ・静岡県(セロリ) | ・高知県(しょうが) |
| ・埼玉県(きゅうり) | ・愛知県(うずら卵,キャベツ) | ・長崎県(さやいんげん) |
| | | ・鹿児島県(じゃが芋,さやえんどう) |
| | | ・沖縄県(さやいんげん) |

保護者の方へお願い

ランチョンマット、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。