

令和8年度



6月給食だより

練馬区立小竹小学校



早寝早起き朝ごはん

運動シンボルマーク



毎年6月は「食育月間」で、毎月19日は「食育の日」です。また、6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。ご家庭でも、あらためて普段の食生活を振り返ってみたり、親子で料理をしたり、食育をぜひすすめてみていただけたらと思います。



絵本 給食

6/15(月)～26日(金)は春の読書旬間です。

給食と図書室がコラボします。

図書室にも行ってみてください!!

【学校司書】さんにご協力いただきました♪

6/17(水)「おだんごスープ」

【おだんごスープ】 作:角野栄子 より

ひとりぼっちのおじいさんが作る、おだんご入りのスープ。食べてくれる人がふえるたび、どんどんおいしくなっていくお話です。

6/18(木)「カレーライス」

【給食番長】 作:よしながこうたく より

給食を残していた番長たちが、自分で給食を作る大変さを知るお話です。カレーライスにも、作る人の思いが詰まっています。

6/24(水)「あじフライ」

【どこからきたの?おべんとう】
作:鈴木まもる より

おべんとうの食べものが、どこから来たのかを知る絵本です。旬のあじも、たくさんの人のおかげで給食に届きました。

●19日は食育の日●

今月は沖縄の料理をご紹介します。

沖縄ってどんなところ?

図書室で沖縄の本を見つけたら、給食がもっと楽しくなりそうです。

6/26(金)「しょうゆラーメン」

【ぼくがラーメンたべてるとき】
作:長谷川義史 より

ぼくがラーメンを食べている同じ時間に、世界の子どもたちがどう過ごしているかを描いた絵本です。ラーメンから、世界のことに目を向けるきっかけになるといいなあと思います。



きゅうしょくもたべてね～

図書室にある本です。
ぜひ読んでね～



～今月の献立より～



4日(木)5日(金) かみかみメニュー

歯と口の健康習慣に合わせて、「かみかみメニュー」です。

11日(木) ねり丸キャベツのメンチカツ&サラダ

練馬区で一斉に、練馬でとれたキャベツを使って給食を作ります

12日(金) いわしのさんが焼き

暦の上で梅雨入りすることを『入梅』と言います。この時期に水揚げされる「入梅いわし」は、あぶらがのっておいしくなります。

19日(金) 食育の日☆沖縄料理メニュー☆

シシジューシー 豚肉と昆布の旨みたっぷりな、沖縄風炊きこみご飯です。

イナムドゥチ “猪もどき”が語源。豚肉を使った白みそ仕立ての汁物です。

人参シリシリ シリシリは“細切り”の意味。人参とツナの炒め物です。

22日(月) 練馬のじゃがいもフライ

練馬区で一斉に、練馬でとれたじゃがいもを使って給食を作ります。



● 保護者のみなさま、昨今 給食をのどに詰まらせるニュースをよく耳にされていると思います。給食指導でも「口にいれすぎない」「よくかむこと」等を伝えておりますが、ぜひご家庭でも話題にしていただけたらと思います。

5月の食材の主な産地									
食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地	食材	産地
米	青森	にんにく	青森	きゅうり	宮崎	もやし	栃木	ごぼう	青森
生姜	高知	キャベツ(一斉給食)	練馬区	セロリ	長野	えのきたけ	長野	クインシーメロン	茨城
ねぎ	千葉	キャベツ	茨城	青梗菜	千葉	にら	千葉	牛乳 (予定産地)	東京、群馬、山梨、岩手、青森、宮城、山形、福島、北海道
小松菜	埼玉	ほうれん草	群馬	しめじ	長野	じゃが芋	鹿児島		
にんじん	徳島	たまねぎ	兵庫	ピーマン	茨城	さつま芋	茨城		
白菜	茨城	グリーンピース	茨城	宇和ゴールド	愛媛	大根	千葉		