

# 6月給食便り



平成 25 年 5 月 31 日  
 練馬区立豊玉第二小学校  
 校長 佐々木 秀之  
 栄養士 小林 真奈美

あじさいの花が咲き始めると、いよいよ梅雨の季節になります。この時期は気温・湿度とも高くなり食中毒の発生が多くなります、食中毒の予防には「**菌をつけない、ふやさない、やっつける**」の三原則で⇒調理前・食事の前には手を石鹸でよく洗い(**菌をつけない**)、台所や食卓を清潔に保ち食材を常温で放置しない(**ふやさない**)、調理の時には食材を十分に加熱する(**やっつける**)ように気をつけましょう。



## 6月は[食育月間]です!

平成17年に「食育基本法」が制定されてから、テレビや本などをはじめさまざまなところで「食育」という言葉を目にするようになりました。学校では、給食を基本(生きた教材)として、食べ物の知識や、バランスの良い食べ方についてなど、子どもたちが学べる機会をつくっています。

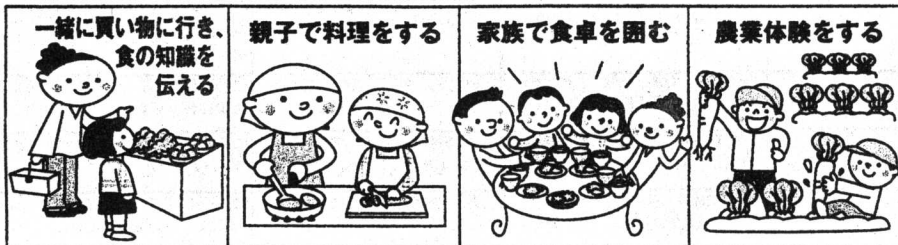
### 《食育とは...》

○生きる上での基本であって、知育・徳育および体育の基礎となるべきもの。

○さまざまな経験を通じて『食』に関する知識と『食』を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。(食育基本法より)

毎月19日は「**食育の日**」です。

例えば、こんなことも「食育」です。\*\*\*\*\*



## ☆6月4日～10日は、虫歯予防デーです。

一度失ってしまうともとは戻らない大人の歯。かけがえのない歯を守るためにも、歯の健康に気をつけましょう。



### 今月の献立より

虫歯予防デーなので、カルシウムが多く、よく噛むカミカミメニューを多く出します。

6日...豚肉とごぼうの混ぜご飯・大豆と小魚の甘辛煮(ごぼうと大豆のカミカミと小魚のカルシウム)、7日...きんぴらドック、

17日...スパゲティービーンズソース(大豆が入っています)、24日...ごぼう入りドライカレー・カリカリ油揚げのサラダ、

26日...焼きししゃも(カルシウムがいっぱいです)、27日...キムたく丼(たくわんの入ったカミカミ丼)。

・17日あじさいゼリー...ぶどうジュースにサイダーを入れたゼリーで、つゆに咲くあじさいにちなんでします。

学校給食費の徴収にご協力をお願いします。6月の引き落としは6月4日です。