

給食だより

6月

練馬区立早宮小学校
校長 今村 理恵
栄養士 中 智子
平成28年5月27日発行
(児童数配布)



梅雨の季節がやってきました。“梅雨”という言葉は梅の実が熟す頃にふる雨からそう呼ばれたという説や、湿気が多く霪(かび)の生えやすい霪雨(ばいう)から梅雨(ばいう)となったという説などがあります。雨に濡れた紫陽花や梅の実など、梅雨の時期ならではの景色を楽しみましょう。

【季節の食材】

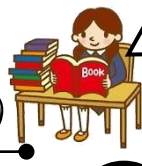


レタス きゅうり えだまめ しんごぼう びわ さくらんぼ

※くだものは、天候等による影響で変更になる場合があります。

6月は読書月間!

本に出てくる料理が給食に登場します!



本は学校図書館司書の高橋先生に選んでもらいました♪
早宮小学校にある本なので、是非読んでみてください!

低 学年向け



【14匹のかぼちゃ】
作:いわむらかずお

ブックメニュー 17日金かぼちゃコロッケ

14匹のねずみの家族はかぼちゃの種をまきました。大きく実ったかぼちゃを運ぶため、彼らはどんな工夫をするのでしょうか?

中 学年向け



【白いぼうし】
著:あまんきみこ

ブックメニュー 20日月夏みかんりフルーツポンチ

車の中いっぱい広がる香り。運転手のお母さんが田舎から届けたかったのは、夏みかんとその〇〇〇でした。

高 学年向け



【西の魔女が死んだ】
著:梨本 香歩

ブックメニュー 13日月ペーコンキッシュ

おばあちゃんはおいしい料理をたくさん作ってくれます。キッシュは大切な人の大好物!だれの大好物でしょう?

6月4日から歯の衛生週間です

柔らかいものばかり食べたり、よく噛まずに飲み込む食べ方を続けると、あごが成長せず、歯並びが悪くなります。健康な歯は一生の宝物です。今から虫歯になりにくい食生活を心がけましょう。



あまいおかしやジュースをだらだらたべつけない。 よくかんで食べる。 しょくじのあとはしっかりとみがきをする。

かむことの効果

- ① 消化をたすける
- ② 脳の働きをよくする
- ③ むし歯を防ぐ
- ④ 肥満を防ぐ

よくかむと、体にいいことがたくさんあります!



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27日(月)です。事前に口座の残高をご確認ください。 ※6月より1年生の徴収が始まります。