

6月給食だより

令和3年 5月31日
練馬区立練馬小学校
栄養士 白鳥 慧

早寝・早起き・朝ごはんシンボルマーク



6/4~6/10
は くち けん こうしゅうかん
歯と口の健康週間

は くち びょう き ふせ しょく せい かつ
歯の病気を防ぐ食生活のポイント

6月は食育月間です



平成17年に「食育基本法」が制定され、毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日と国で定められました。この期間、全国では様々な「食育」に関する取り組みが行われています。練馬区や練馬小学校ではどんなことをしているのか、いくつかご紹介しようと思います。



～地産地消献立～

9日、練馬区内の小学校で地場産野菜を使用した一斉献立が実施されます。今回の野菜は「練馬キャベツ」です。練馬小学校ではキャベツたっぷりのチキンポトフをつくります。



～練馬小学校の食育の日～

今年の練馬小学校の食育の日（19日）は日本各地の郷土料理を紹介しています。どの地域でどんな食材がよくとれるのか、どうしてこの料理が生み出されたのか、郷土料理にはそれぞれに歴史的背景があります。気になったらタブレットを使って調べてみてください。



6月の給食から

～郷土料理：福岡～

6月は19日が土曜日なので、前日の18日に郷土料理を作ります。今月は福岡県の「がめ煮」です。筑前煮のもとになった料理といわれています。

～のらぼう菜～

江戸東京野菜のひとつ「のらぼう菜」を使ったご飯を18日に作ります。のらぼう菜は、江戸時代に起きた大規模な食糧不足（飢饉といえます）から人々を救ったという記録が残されています。

～旬のくだもの～

17日はメロン、24日はさくらんぼです。どちらも今がおいしい季節ものです。



さくらんぼの王様といわれる「佐藤錦」です。

学校給食費の集金にご協力をお願いします。
来月の引き落とし日は 6月7日(月)です。