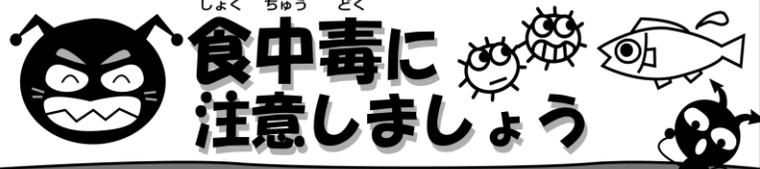


6月給食だより

令和6年度 6月号
川崎市立大戸小学校

梅雨入りを前に、暑さと体にまとわりつく湿度の高さを感じる日が増えてきました。体調管理の大切な季節です。また、食中毒菌が繁殖しやすい時期でもあります。給食室では、手洗いや食材の取り扱いなど身の回りの衛生管理を強化し、安全な給食を提供できるよう心掛けています。

温度 (60℃まで)
湿度 (高いほど)
栄養 (水でもよい)



家庭でも起こる 食中毒を防ぐために… 元気がいちばん

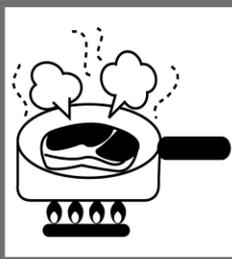
条件がそろえば数時間で食中毒をおこす菌数が増えます



新しいものをきれいに洗って使う



手洗いをきちんと菌をきれいにおとすには20秒以上必要



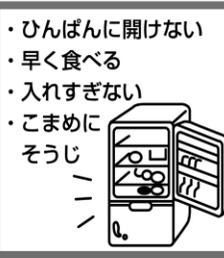
じゅうぶんに火を通し調理後すぐに食べる



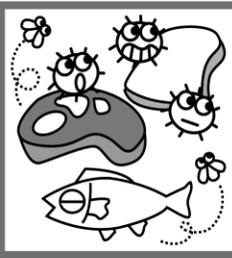
ふきん・まな板などの消毒



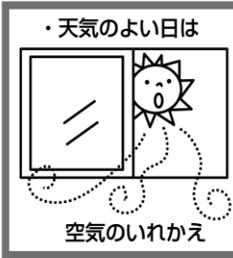
食べ残しを置いておかない



冷蔵庫の中も安心しない



くさったもの、カビのはえたものは食べない



家の中も清潔に

6月のメニュー紹介

行事食「歯と口の健康週間」6月4日(火)

ごはん 牛乳 ちくわのいそべあげ 五目きんぴら わかめスープ
噛むことを意識できるよう、噛みごたえのある食品を使用した献立です。

新献立「やさしいりスタミナ丼」6月18日(火)

スタミナのつく食べ物として豚肉、にんにく、たまねぎ、にらを使っています。
中学校給食献立コンクールで中学生が午後もがんばろう！というねらいで考えた献立です。

季節の食品
ズッキーニ とうがん きゅうり ピーマン
トマト なす さやいんげん メロン

6月4日～10日は **歯と口の健康週間**です。

歯には食べ物をかみ砕く大切な役割があり、よくかんで食べると体によいことがたくさんあります。生涯にわたって健康な歯を保つためにも、歯や口の健康について考えてみましょう。

かめばかむほど、からだによい

口の中に入れた食べ物は、よくかめばかむほど、からだによいことがあります。

よくかんでいると、だ液がたくさん出てきて食べ物とよく混ざります。だ液には、糖質を消化する成分や殺菌力のある成分が含まれているので、消化を助けます。



歯茎の血の流れがよくなり、歯と歯茎が丈夫になります。

丈夫!!

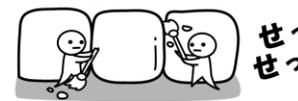


あごが強くなるので、硬いものでもかみきれようになります。

ばいばい



かみつぶされた食べ物の繊維が、歯と歯の間をよく掃除して、口の中をきれいになります。



せっせっ

食べ物の味がよく出て、おいしく食べられます。

おいしいね



給食費についてお知らせ

4・5月分の引き落としのお知らせです。期日までに指定口座への入金をお願いいたします。
第1期 (4・5月分) 7月1日(月) 9,200円