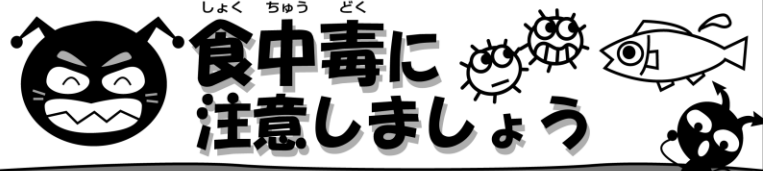


# 6月給食だより

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)



条件がそろえば数時間で食中毒をおこす菌数に増えます

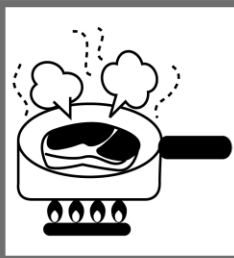
家庭でも起こる 食中毒を防ぐために… 元気がいちばん



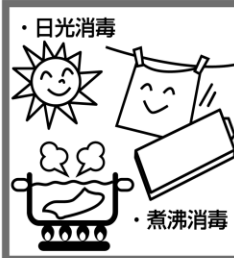
新しいものをきれいに洗って使う



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



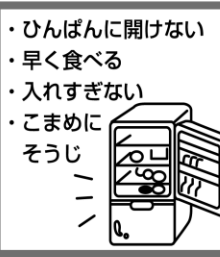
じゅうぶんに火を通し調理後すぐに食べる



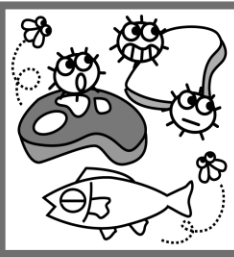
ふきん・まな板などの消毒



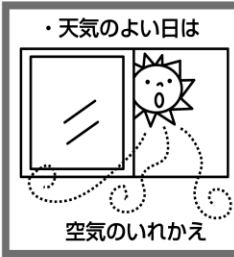
食べ残しを置いておかない



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。

だ液が消化を助ける

よくかむと

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!!

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

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

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