



給食だより



家庭数配付

令和6年度 6月号
川崎市立 生田小学校

蒸し暑い日や雨の日が増え、梅雨の訪れを感じる季節となりました。新年度がスタートしてから、2か月が過ぎました。子どもたちは疲れが溜まってくる時期であるとともに、気温や湿度の変化が大きく、体調管理が難しい時期です。食事・睡眠・休養など日々の生活を見直し、夏を元気に迎えられるように気を付けて過ごしましょう。

* 歯と口の健康週間 *

歯と口の健康週間は、歯と口の健康に関する正しい知識を国民に対して普及啓発することや、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、国民の健康の保持増進に寄与することを目的として作成されました。今年度は、**6月4日(火)~10日(月)**が「歯と口の健康週間」です。今回は、よく噛むことの良さを紹介します。

「ひみこの歯がいーぜ！」
と覚えましょう。



ひ

肥満防止

み

味覚の発達

こ

言葉の発音が
はっきり

の

脳の発達

は

歯の病気予防

が

ガン予防

い

胃腸の働きを
よくする

ぜ

全力投球

* 6月の献立 *

季節の食品

えだ豆 キャベツ きゅうり 新じゃが芋 トマト にんにく ピーマン



行事食①「歯と口の健康週間」6月6日(木)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ちくわの磯辺揚げ
- ・五目きんぴら
- ・わかめスープ

よく噛んで食べられるように、歯ごたえがある献立になっています。一口で何回噛んでいるか確認してみましょう。

行事食②「市制100周年お祝い献立」6月28日(金)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・かつおのたつた揚げ
- ・梅きゅうり
- ・お祝いすまし汁
- ・「かわさきそだち」のなしゼリー

今年は、川崎市ができて100周年です。川崎市で育った梨が使われているゼリーが出ます。お祝いの気持ちをもって食べましょう。



新献立①「生揚げのスープ」

たまねぎ、にんじん、キャベツ、チンゲン菜など、野菜がたっぷりの中華味のスープに生揚げを入れました。

新献立②「野菜入りスタミナ丼」

中学校給食献立コンクールで市長賞を受賞した献立です。疲れをとる豚肉やにんにく、にらを使用しスタミナが付くようにと考えられました。もやしやたまねぎなどの野菜を豚肉と炒め、オイスターソースやしょうゆで味付けをしました。ご飯にかけていただきます。