



わんPAKU だより

2024年6月号
犬蔵小学校
給食だより

少しずつ梅雨の気配を感じる毎日になりました。給食も6月からは食中毒などの観点から、きな粉パンは出さないなど、気をつける時期でもあります。少し疲れが溜まってくる頃なので、朝ごはんから一日のリズムをつくり、毎日元気に過ごしましょう。3年生では「朝ごはんについて」の授業をする予定です。

6月の給食目標：よくかんで食べよう、衛生に気をつけよう

～よく噛んで、虫歯予防～

よくかんで食べると、食べ物が細かく碎かれます。だ液がたくさん出てくるので、だ液とよく混ぜ、消化・吸収がよくなります。また、だ液は口の中の食べかすを洗い流したり、口の中を虫歯になりやすい酸性から元の状態に戻したりすることで、むし歯になりにくくなります。



～食中毒予防の3原則～

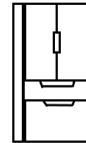
つけない

パンなど手で食べる時もあります。しっかりと石けんで手を洗いましょう。



ふやさない

なるべく早く食べるか、食べない場合はすぐに冷蔵庫にしまいましょう。



やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは、加熱することで死滅するので十分に加熱しましょう。



6月は「食育月間」です！

食育は、知育、徳育、体育と同じく生きるうえでの基本です。子どもたちが生涯にわたって健全な心と体で、豊かな人間性を育む基礎を作っていくように、自分の生活をふり返り、「食」について考えてみましょう。

川崎市市制100周年記念事業

川崎市は今年で市制100周年を迎えます。給食でもいろいろな取り組みを予定しています。今月は川崎市内産の梨の規格外品をピューレにして、その梨ピューレを使った梨ゼリーを出します。当日はぜひ犬蔵小のHPで写真をご覧ください。

27日(木)
市制100周年記念
のデザート



6月の給食について

食中毒の発生しやすい時期なので、使用する食品や調理法には十分注意して作成しました。

行事食・・・7日(金)「歯と口の健康週間」



27日(木)「市制100周年のお祝い献立」



季節の食品・・・えた豆、キャベツ、きゅうり、新じゃが芋、トマト、にんにく、ピーマン、あじ、かつお

新献立・・・3日(月)「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、中学生が考えた献立です。疲れをとる豚肉やにんにく、にらを食用し、スタミナがつ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。ごはんにかけて食べます。

5日(水)「生揚げのスープ」

たまねぎ、にんじん、キャベツ、チンゲン菜などの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。