

# 6月 給食だより

新温泉町学校給食センター Tel. 0796-82-1397

## 「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食べること」。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？



◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上で基本である、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。

### 家庭で取り組みたい「食育」

<p><b>朝ごはんを食べる</b></p>	<p><b>家族で食卓を囲む</b></p>	<p><b>一緒に食事の支度を</b> する</p>	<p><b>わが家の味を伝える</b></p>
------------------------	------------------------	--------------------------------	-------------------------

### 感染症・食中毒予防の基本！

### 正しい手洗い方法を確認しよう

<p><b>1</b> 流水で手をぬらした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこする</p>	<p><b>2</b> 手の甲を伸ばすようにこする</p>	<p><b>3</b> 指先、爪の間を念入りにこする</p>	<p><b>4</b> 指の間を洗う</p>
<p><b>5</b> 親指、手首を反対側の手でねじるようにして洗う</p>	<p><b>6</b> 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチやタオルでふき取る</p>	<p>洗い残しの多い〇部分は念入りに！</p> <p>爪はあらかじめ短く切っておきましょう</p>	

月	火	水	木	金
<p>6/4~6/10 歯と口の健康週間</p> <p>6月1日の豆ごはんに使用する「えんどう豆」は小学生のみなさんが、さやむきをしてくれます。楽しみにいただきましょう♪</p>				
<p>歯と口の健康週間中の給食では、かむことを意識したメニューを取り入れています。よくかんで食べましょう。</p>				
<p>5 牛乳</p> <p>かきたまうどん</p> <p>ハタハタのから揚げ</p> <p>ささみの梅風味和え</p> <p><b>[カミカミメニュー]</b></p>	<p>6 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>鶏肉のカシューナッツ炒め</p> <p>バンサンスー</p> <p>五目スープ</p> <p><b>[カミカミメニュー]</b></p>	<p>7 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>野菜たっぷりよくネムレツ</p> <p>海藻サラダ</p> <p>なすのみそ汁</p> <p><b>[睡眠の質 向上メニュー]</b></p>	<p>8 牛乳</p> <p>1 牛乳</p> <p>豆ごはん</p> <p>焼きカレー</p> <p>キャベツちりめん</p> <p>大根のみそ汁</p>	<p>2 牛乳</p> <p>2 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>オレンジチキン</p> <p>切干大根サラダ</p> <p>なめこ汁</p>
<p>12 牛乳</p> <p>豆乳ロール</p> <p>ホキのムニエル</p> <p>かぼちゃサラダ</p> <p>(個食マヨネーズ)</p> <p>肉団子のトマト煮</p>	<p>13 牛乳</p> <p>13 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ポークカレー</p> <p>ひじきサラダ</p> <p>河内晩柑</p>	<p>14 牛乳</p> <p>14 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>キャベツつくねのお好みソース</p> <p>ピーマンの昆布和え</p> <p>じゃがいものそぼろ煮</p>	<p>15 牛乳</p> <p>15 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>サバのネギ味噌焼き</p> <p>オクラのおかか和え</p> <p>豆乳スープ</p>	<p>16 牛乳</p> <p>16 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>カツ丼</p> <p>ごはん</p> <p>トンカツ</p> <p>玉子とじ</p> <p>たくあんの和え物</p>
<p>19 牛乳</p> <p>豚キムチラーメン</p> <p>焼きぎょうざ</p> <p>フルーツ白玉</p>	<p>20 牛乳</p> <p>20 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>小アジのカレー南蛮</p> <p>いんげんのごま和え</p> <p>新じゃがの豚汁</p> <p><b>[ほぼたん給食]</b></p>	<p>21 牛乳</p> <p>21 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>しのだ煮</p> <p>小松菜とハムのサラダ</p> <p>三尾産わかめのみそ汁</p>	<p>22 牛乳</p> <p>22 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>浜坂竹輪のいそべ揚げ</p> <p>カラフルサラダ</p> <p>鶏肉のフォー</p>	<p>23 牛乳</p> <p>23 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>淡路たまねぎコロッケ</p> <p>大豆のしそサラダ</p> <p>ポトフ</p>
<p>26 牛乳</p> <p>26 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>豚肉のしょうが炒め</p> <p>ピリ辛きゅうり</p> <p>厚揚げのみそ汁</p> <p><b>[カミカミメニュー]</b></p>	<p>27 牛乳</p> <p>27 牛乳</p> <p>シーフードピラフ</p> <p>鶏肉の香草焼き</p> <p>コールスロー</p> <p>野菜スープ</p>	<p>28 牛乳</p> <p>28 牛乳</p> <p>ピザトースト</p> <p>ピーズサラダ</p> <p>コーンポタージュ</p> <p>厚揚げのみそ汁</p> <p><b>[カミカミメニュー]</b></p>	<p>29 牛乳</p> <p>29 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>アジのみりん干し</p> <p>ハリハリ漬け</p> <p>根菜のカレー煮</p> <p><b>[カミカミメニュー]</b></p>	<p>30 牛乳</p> <p>30 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>白身魚のネギソース</p> <p>チンゲン菜の和え物</p> <p>冬瓜の中華スープ</p> <p>冷凍みかん</p>

(※材料等の都合により献立を変更することがあります。)

教職員の皆さま：給食費5月分の口座振替は、6月20日(火)です。残高確認をお願いします。