

給食だより6月号

令和6年5月31日
世田谷区立明正小学校
校長 栗林 大輔
栄養職員 隈田 朝江

6月は「食育月間」です。食育とは、食に関することをたくさん知って、自分で正しい食事のしかたを選ぶ力を付け、生活していく力を育むことです。いつでも健康に過ごすために、「食」について学んでいきましょう。

食育ピクトグラムを知っていますか？

食育について、子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、絵文字であるピクトグラムが作られました。農林水産省のホームページなどで見ることができます。12個の目標があります。ふだんの食生活でも参考にしてください。



「ジャンボぎょうざ」と「トンカツ」で元気いっぱい！

5月は、アンケートでいつも大人気の「ジャンボぎょうざ」と、運動会応援メニューの「トンカツ」を出しました。ジャンボぎょうざは、直径15センチの専用の皮を使って、1つずつ包みます。トンカツも1人1枚、ていねいに衣を付けて揚げました。どちらも朝から、子どもも大人もわくわく感が漂い、よく食べてくれました。



6月が旬の食べ物

キュウリ サヤインゲン タマネギ アスパラガス ジャガイモ キャベツ
メロン 梅 スモモ サクランボ パイナップル ビワ
イワシ カツオ イサキ タチウオ アユ トビウオ

