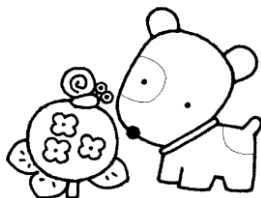


きゅうしょくだより

令和5年6月号

郡山市立日和田小学校



いよいよ梅雨の季節です。これから蒸し暑く過ごしにくい日が増えてきます。食中毒予防の三原則は細菌などを「つけない」「増やさない」「やっつける」です。みなさんも、身の回りの衛生には十分に注意をしましょう。

よくかむことができるメニューがたくさん出ます

6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。食生活の大切さをあらためて考え、健康な歯でしっかりかむ習慣をつけましょう。給食でも、よくかむことを意識できるような料理が出ます。

6月2日(金)

さきいか入りカミカミあえ



さきいか、キャベツ、たくあんなどが入っています。

鶏肉、大豆、ごぼう、こんにゃく、昆布などが入っています。



6月12日(月)
五目煮豆

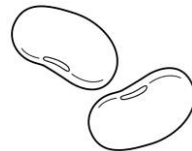
6月13日(火)

みぞかんぷら



子いもを皮ごと食べます。

大豆をカリッと揚げて、甘みそをからめました！



6月23日(金)
豆みそ

～よくかんで食べると、いいことがいっぱい！！～

あ

じがよくわかる



た

べすぎを防ぐ



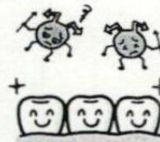
し

しゃべりがはっきりする



は

をしょうぶにする



か

ん予防に役立つ



い

を快調にする



の

うを活性化する



ち

からがらせる



朝ごはんしらべがあります

はやね
はやおき
あさごはん



調査期間は6月20日(火)から6月26日(月)までの7日間です。朝ごはんの内容や、起床、就寝時刻などを調べます。

ちょうしょく 朝食について見直そう! 6月 ねん くみ () 様式 1

		6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)	6月25日(日)	6月26日(月)
きのうは何時にねましたか								
きょうは何時におきましたか								
朝ごはんに 食べたもの (○をつけ ましょう)	ごはん							
	パン							
	やさい							
	みそしるか スープ							
	肉・魚・卵							
おかし トナリ など...	その他 食べたもの (ことばで書く)							
《朝ごはんを食べなかった人》 食べなかったわけに○を つけましょう。		たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()	たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()	たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()	たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()	たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()	たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()	たべたくない たりたくない 時間がない 用意されていない その他 ()
6月26日(月)のことに書きましょう								
★昼食以外に、だれかと食事をした回数は何回ですか。ひとつだけ○をつけましょう。								
①2回(朝食と夕食) ②1回(朝食または夕食) ③0回								

こちらの用紙を自宅に持ち帰った場合には、一緒にチェックのご協力をお願いします。最終日の26日(月)に、学校に持たせてくださいますよう、よろしくお願いいたします。

給食室を紹介します

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

給食室では、朝早くから調理員さんが給食を作っています。給食室の中の様子を、のぞいてみましょう!



野菜は日和田町の古川商店さん、たけだやストアーさんが届けてくれます。



野菜や果物は、シンクを変えて3回洗います。



野菜はすべて手切りです! 手早く切っています。

次回もおたのしみに・・・!!