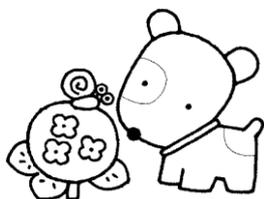


きゅうしょくだより

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

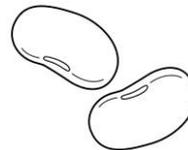
6月13日(火)

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



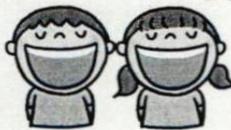
た

べすぎを防ぐ



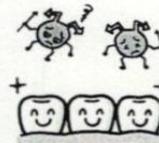
し

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 ねん くみ () 様式 1

朝食について見直そう! 6月

		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 (〇をつけ ましょう)	ごはん							
	パン							
	やさい							
	みそじるか 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〇を 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 ()						
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。ひとつだけ〇をつけましょう。 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、ただだやストア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・・・!!