

# 給食だより

## 6月は食育月間です

### 健康は一生の宝物

食育は、健康づくりに大きな役割を果たします。

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。食べることの大切さを改めて考え、ふだんの食生活を振り返ってみましょう！



### 家庭で気をつけたい 夏場に多い細菌性の食中毒

気温や湿度が上昇すると、細菌が原因となる食中毒が多く発生します。家庭での予防は、食品の購入から調理して食べるまで、次のことに気を付けましょう。

- ①つけない
  - ②増やさない
  - ③やっつける
- この3原則が大切です。

みなみしたうら  
ちょうりじょう

# 6月

よくかんでたべようね！  
きやべっちょり



★印の日に、  
小学校1年生には、スプーンが付きます！



月	火	水	木	金
<b>1</b> あんかけハンバーグ ごほうにゅう ごはん みそけんちんじる	<b>2</b> だいぼマヨサラダ ごほうにゅう くらパン しめじとほ	<b>3</b> ツナあえ ごほうにゅう コッパン グラタンに	<b>4</b> ハヤシライス たいこんのわふう サラダ ごほうにゅう	<b>5</b> コロッケ ジョア(マスカット味) ほうれんそうソテー ソフトフランス(よこそライス) コンノスーフ ごほうにゅう
<b>8</b> フロコリーマヨサラダ ごほうにゅう くらパン わふうスパゲッティ	<b>9</b> どりもやしナムル ごほうにゅう ごはん にくじゃが	<b>10</b> チキンゲット(小2 中3) ごほうにゅう さらうどん さらうどんのく	<b>11</b> ウィンナー ごほうにゅう ポテトカレーいため たてわりコッパン とうがすーフ ごほうにゅう	<b>12</b> もやしのナムル ビーンズカレー ごほうにゅう
<b>15</b> ジョア(ブルーベリー味) ツナマヨサラダ ごほうにゅう くらパン ビーフン	<b>16</b> カツオカツ ごほうにゅう かいほしだいこんのもの ごはん とうろのみとじる	<b>17</b> きんぴらごぼう ごほうにゅう くらパン きつねうどん	<b>18</b> ★ ぶたどん はくさいスーフ ごほうにゅう	<b>19</b> フルーツミック ごほうにゅう ロールパン ポークシチュー ごほうにゅう
<b>22</b> チーズマヨサラダ ごほうにゅう くらパン みそマヨタンスーフ	<b>23</b> ほうごめわふう サラダ ごほうにゅう ごはん すぶた	<b>24</b> どりもやしハンバーグ ごほうにゅう ソフトフランス キャンペソソテー (よこそライス) わかめスーフ	<b>25</b> コーンサラダ ごほうにゅう ソフトフランス ほうれんそうの グリーンパスタ ごほうにゅう	<b>26</b> オムレツ ★ ごもくごはん じゃがいものみとじる ごほうにゅう
<b>29</b> あんにんフルーツ ごほうにゅう ソフトフランス あげじゃがいもの ケチャップに	<b>30</b> わかめサラダ じゃがいもの カレーライス	<b>6月4日～10日は歯と口の健康週間</b> 歯と口の健康を守ることは、食事をする上でとても大切なことです。自分の口の中を鏡で見てください。気になることはありませんか？ この1週間をきっかけにして、家族で健康な歯についてぜひ話題にしてみてください。 よくかむほど、だ液が出るんだ。だ液は体によい働きがたくさんあるよ！		