

給食だより

令和5年度
6月号

家庭数

令和5年5月31日
西東京市立栄小学校
柴原 希鈴
新井 美有

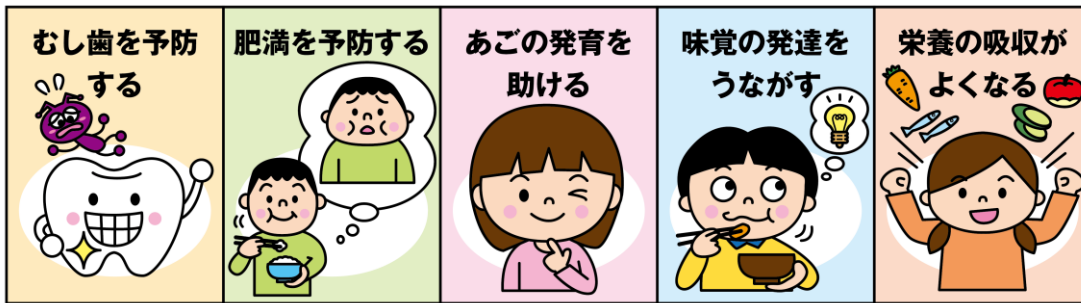
ゆっくりよくかんで食べていますか？

6月4日からの1週間は、「歯と口の健康週間」です。

食事をおいしく食べて、健康な体をつくるには、歯と口が健康でなくてはなりません。丈夫で健康な歯と口を保つために、日頃からよく噛んで食べる習慣をつけましょう。



よくかんで食べることは、健康づくりの第一歩です！



☆今月の献立から☆

5日(月曜日) ★沖縄県の郷土料理

「シシジューシー」は、豚肉と昆布、油揚げやにんじんが入った沖縄県の炊き込みごはんです。

6日(火曜日) ★世界の料理「フランス共和国」

今月の世界の料理は「フランス」です。「カッスレー」は、肉と白いんげん豆、野菜を土鍋で煮込んだ南フランス地方の伝統的な料理です。

12日(月曜日) ★入梅献立

暦上では11日が入梅です。「あじさいゼリー」は、ぶどうゼリーを細かくカットしてあじさいに見立てました。

14日(水曜日) ★体力アップ献立

体力テスト実施にちなんで、体力の向上を図った献立です。血液や筋肉を増やすために欠かせない栄養素「鉄分」が豊富な食材を取り入れました。

15日(木曜日) ★1年生そらまめのさやとり

1年生にそらまめのさやとり体験授業をします。そらまめの構造を学び「さや」をもらいます。

☆給食室の写真☆



5月2日の献立「中華ちまき」を作っているときの写真です。調理員さんが一つ一つ竹の皮に包んでくれました。

6月給食費の引落とし日

13日(火曜日)

1・2年生	4,370円	} 手数料 +10円
3・4年生	4,640円	
5・6年生	4,900円	

前日までに残高の確認をお願いします。

☆今月の地場産物☆

★高田農園さん…きくらげ ★田倉農園さん…だいこん、こまつな ★和ファームさん…だいこん、キャベツ