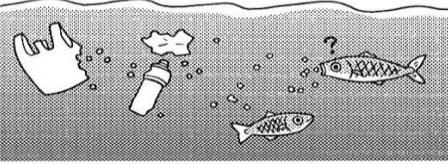


夏野菜を食べよう！



夏は、太陽の恵みをいっぱい浴びた、おいしい夏野菜や果物が豊富です。夏の旬の野菜には、トマトやピーマン、ゴーヤ、かぼちゃなどがあり、ビタミン類や水分が多く含まれています。また、旬の時季は栄養価も高くおいしいので、積極的に食べましょう。

海を汚す プラスチックごみ



プラスチックごみが海に流れると、破片を食べた魚を通じて有害物質が人体に蓄積するおそれもあります。エコバッグや水筒を使い、プラスチックごみを減らしましょう。

私たちの身の回りには、プラスチック製品がたくさんあります。SDGsの目標14「海の豊かさを守ろう」には、海洋汚染の削減が含まれます。プラスチック製品のごみを減らすため、エコバックを使う、ペットボトル飲料ではなく水筒を持ち歩く、なるべく、プラスチック製品ではなく、木や金属などでできたものを選ぶ、ごみのポイ捨てをしないなど、自分でできることを実践していきましょう。

～ 7月の献立より～



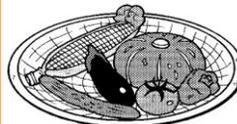
- ☆ 3日 → フルーベリーチーズタルト ・青嵐中近くの加藤ファームで収穫されたブルーベリーを使ってチーズタルトを作ります。大人気の手作りデザートです。
- ☆ 8日 → 沖縄料理 ・2022年の沖縄本土復帰50周年を記念して、この時期は沖縄料理を取り入れています。沖縄B級グルメのタコライスや沖縄もずくのスイーツの献立です。
- ☆ 9日 → ゆで枝豆 ・地場農家の都築さんで収穫された枝豆です。保谷一小的3年生がさやもぎをしてくれます。
- ☆ 16日 → セレクトデザート ・お楽しみデザートは、フローズンヨーグルトとみかんシャーベットのセレクトです。どちらが
いいか 給食委員が皆さんにアンケートをとります。お楽しみに！！

保護者の皆様へのお知らせとお願い

いつも学校給食へのご理解、ご協力ありがとうございます。1学期の給食は7月18日(木)で終了します。

まもなく夏休みを迎えます。子どもたちが家庭で過ごす時間も長くなりますが、生活リズムをくずさないように心がけてください。

- ※ 学期最後の給食当番は、エプロンを持ち帰ります。洗濯、アイロンをかけて、三者面談時にお持ちくださるようお願いいたします。
- ※ 2学期の給食は9月2日(月)から開始予定となります。



西東京農産物キャラクター
のめぐみちゃんです。
地場野菜を食べよう！

西東京市には、たくさんの農園があり、給食では旬の野菜や果物などの地場農産物を使っています。旬の野菜は新鮮で、おいしく、顔の見える生産者さんなので安心です。

【今月の地場野菜】

- ・都築勲さん… ・ズッキーニ ・きゅうり ・枝豆
 - ・和ファーム…
 - ・高田農園… ・きくらげ
 - ・加藤ファーム…ブルーベリー
- などを予定しています。



※西東京市の給食は安全基準にしたがって納品された食材を使用しています。