



6月 こんだてひょう

令和2年6月19日
 足立区立本木小学校
 校長 藤田 暁美
 栄養士 高橋 麻恵

日	曜日	牛乳	こんだてめい	
22	月		チリビーンズライス	オニオンドレッシングサラダ
23	火		ねぎまどん	じゃがいものみそしる
24	水		パインパン <small>ふくら</small> (袋いり)	ホワイトシチュー
25	木		ハヤシライス	アップルゼリー
26	金		きつねうどん	ごまあえ
29	月		やきにくどん	とうふのみそしる
30	火		コーンピラフ	ABCスープ

今月の給食目標 手をきれいに洗いましょう！

※食材料購入の都合で献立を変更することがあります。

<6月は食育月間>

梅雨の季節となりました。これからの時季は、とくに食中毒の予防が大切です。食事前の手洗い、うがい、清潔なハンカチの準備など身の回りの衛生に十分注意しましょう。そして6月は食育月間です。今月は「よくかむ」ことの大切さをとくに伝えていきたいと思ひます。

【簡易昼食提供期間について】

・6月22日(月)～8月31日(月)まで
 ※夏季休業期間(8/8～8/23)を除く

よくかんで食べるためには



はしや小さめの
 スプーンで
 少しずつ口に運ぶ。



汁物や飲み物と
 いっしょに
 口の中のもの
 を流し込まない。



かみごたえのあるシー
 フード、根菜類、豆類、
 きのこと、海そうなどを
 食事にとり入れる。



時間に余裕をもって
 食べる。

テレビなどを見ながら
 食べるのはやめ、
 ゆったりとした気分で
 楽しく食べる。



※子どもの口は大人より小さいため、大人よりも食べる時間が長くなります。だらだら食べるのはよくありませんが、大人のペースで子どもを急がせないことも大切です。