



# 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



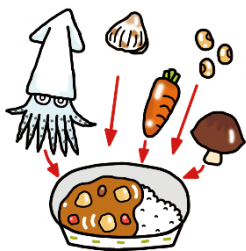
はしや小さめの  
スプーンで  
少しずつ口に運ぶ。



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、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。