

越前町学校給食カレンダー

海土里ちゃん献立の日



【6月の給食目標】手をきれいに洗いましょう

6月27日

<p>【献立名】 たこめし 牛乳 生わかめと打ち豆のみそ汁 カレイの唐揚げ きゅうりの香りづけ 県産梅ゼリー</p>	<p>【献立について】 今日は、海土里ちゃん献立です。 今月の旬の食材は「生わかめ」です。みどりちゃんが地場産ポスターで紹介しているので、後で見てくださいね。 みなさんは、給食で食べる汁ものや煮物などの味を、家で食べる食事に比べて、うすいと感じますか、同じですか、それとも濃いですか。日本人は、以前から世界の他の国々の人に比べ、塩分をとりすぎると言われてきました。熱中症予防で塩分は大切ですが、とりすぎは健康を害することが分かっています。そこで、給食では、旬のおいしい食材とだしをきかせ、しょうゆや塩の量を減らしてもおいしくたべられるように工夫しています。味わっていただきましょう。</p> <div data-bbox="1213 1121 1642 1299" style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>あつくなってきたので、なつふくにころもがえしたみどりです☆</p> </div> <div data-bbox="1705 1151 1837 1389" style="text-align: right;"> </div>
	<p>【使用予定地場産物】 米 カレイ きゅうり 梅ゼリー タコ ほししいたけ 生わかめ だいず あつあげ ねぎ みそ</p>
<p>【クイズ】 私は、誰でしょう。 私は</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 果物の色の変化を防ぐことができます ② 梅干しを作る時に使います ③ 海の水を使って作られます ④ 色は白です 	<p>【解説】 塩には、体に害を与えるカビや細菌を殺菌するはたらきがあり、それを利用して作られるものに今日の梅肉和えの「梅干し」があります。塩は、体の中に含まれる成分でもあり、とりすぎはよくないですが人にはかかすことができないものです。</p> <p style="text-align: right;">【こたえ】 塩</p>

給食 のじゅんびを しましょう!

給食当番の人

- ① 身じたくと手あらいをしましょう
- ② 気をつけて給食を運びましょう
- ③ 1人分の量を考えて配りましょう

給食当番以外の人

- ① 教室の空気を入れかえましょう
- ② ごみを拾ってつぐえをととのえましょう
- ③ きちんと手をあらいましょう