

# 給食だより

6月

平成30年6月1日  
新宿区立落合第六小学校  
校長 竹村 郷  
栄養士 太田 晶生



## ◆ グリンピースのさやむき体験 ◆



5月8日に1年生がグリンピースのさやむき体験、5月17日にトウモロコシの皮むき体験を行いました。楽しくみんなで全校分の作業を行い、調理室へ運びました。グリンピースは子供たちが苦手とする食材の一つですが、食材に興味を持ち、苦手だけれど食べてみようと思う気持ちの芽生えるきっかけになったようです。5月17日に行ったトウモロコシの皮むきは、みんな力いっぱい作業してくれました。とても甘くて味の濃い美味しいトウモロコシでした。

## ◆ 6月の献立について ◆

### ① 保健委員会の考えた『よく噛むメニュー』『歯を強くするメニュー』が登場します

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

この健康週間を、より身近に感じてもらうために、保健給食委員会のみなさんに協力してもらい『よく噛むメニュー』『歯を強くするメニュー（＝カルシウムいっぱい）』料理を提案してもらいました。

- 6月4日 ししゃものパリパリ揚げ（ししゃもと大葉の包み揚げ）
- 6月5日 クリームスパゲティ 野菜チップス
- 6月6日 キムタクごはん（キムチとたくあんの入った混ぜご飯）
- 6月7日 じゃこトースト
- 6月8日 揚げ大豆ごはん
- 6月12日 梅じゃこごはん
- 6月15日 チョコタフィー（ココアをまぶした豆菓子）



カルシウムが多く含まれる食材や、よく噛む食材の入ったメニューが勢ぞろいしました。

おうちでも、料理の感想などを聞いてみてくださいね。

### ② ロシアワールドカップ開催に合わせてロシア料理が登場します！

6月14日 牛乳・焼きピロシキ・カラフルサラダ・ABC トマトスープ

ロシアに関する掲示物も登場しますのでお楽しみに。



### ③ 今年も、各クラスのリクエスト給食が始まります。トップバッターは2年1組のリクエストです。

6月29日 牛乳・ナン＆ドライカレー・ボイル野菜のゆかりがけ・白玉フルーツポンチ

人気のバーガーや、麺料理を抑えて、ナン＆カレーに決定しました。

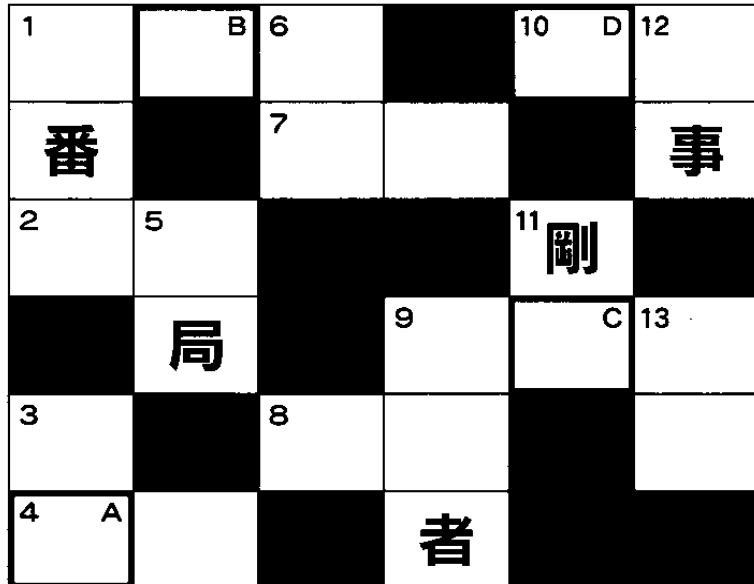
クラス内での多数決投票はとても盛り上がりました。6月の最終週に登場しますので、どうぞお楽しみに。



梅雨の季節になりました。食中毒が多く発生する時季ですので、食品の保存などにも気をつけたいものです。また6月は食育月間で、6月4日から10日は歯と口の健康週間です。食生活の大切さをあらためて考え、健康な歯でしっかりかむ習慣をつけましょう。

# 食育クロスワード

□に当てはまる漢字を考えてみよう

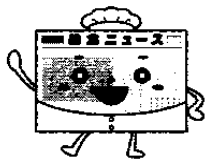


## タテのカギ

- 1 順番の最初。
- 3 甘いものの食べすぎ。痛いよー。
- 5 ドラッグストアのこと。
- 6 たくさん降ってきた。
- 9 親または親のかわりになる人。
- 11 心身が強くてたくましいこと。
- 12 食べること。
- 13 部屋の中。

## ヨコのカギ

- 1 じゃがいもを〇〇〇〇に切る。
- 2 目に入れる液体。
- 4 〇〇医院、英語でdental clinic
- 7 運動会は、〇〇延期です。
- 8 動物〇〇週間。
- 9 学校で具合が悪い時に行くところ。
- 10 おやつのこと。



ABCDの漢字を当てはめてみよう。どんな言葉が出てくるかな？

A □ と B □ の C □ 康週 D □



作ってみよう！

## ◆ 5月の人気メニュー ◆

【 手作りのり佃煮 】 5人分

ほしのり(焼き海苔の残りの部分で OK です) 10g

水 100cc

砂糖 7.5g

酒 12.5g

みりん 12.5g

しょうゆ 20g

◆ つくりかた ◆

調味料を合わせて煮たてたものに、海苔を加え、煮溶かす。照りが出るまで煮溶かしながら、混ぜます。

むらなく混ぜたら出来上がりです。

5月の献立で人気だったレシピを

ご用意しました！

ご家庭でぜひお試しください



5月から給食費の口座振替が始まりました。

毎月16日が振替日です(土日にあたる場合は翌営業日)。

口座への入金準備は前日までをお願いいたします。