

〇〇小学校 給食だより

PTA 配布

6月号

パクパク通信

令和6年6月19日

文責: 栄養教諭 牧平 美恵

※この「パクパク通信」は、海老津小の
太田と山田小の牧平が担当しています。

6月

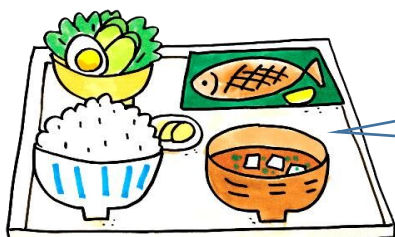
は食育月間です



毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。

令和3年度～7年度の第4次食育推進基本計画では、「持続可能な食」を支えるための3つの「わ」が提唱されています。

食を通して、環境や健康のことを考えていく機会にしましょう。



食を通して環境の「^わ環」を大切に！

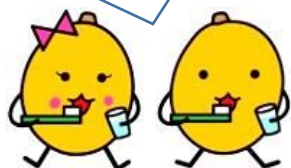
食を通して、人の「^わ輪」を広げよう！

伝統的な「^わ和」食文化を伝えよう！

給食では毎月19日前後に「和食の日」として一汁二菜の和食献立を紹介しています。今月は18日(火)が「和食の日」です。

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」でした

私たちは栄養素をとり込むために食べ物を口に入れ、噛んでから飲み込みます。
歯と口の健康は、重要ですね。



岡垣町イメージキャラクター
ひわりん&びわすけ

給食でも、噛むことを意識して楽しみながら味わうメニューを実施しました。

人生100年時代、なるべく自分の歯でおいしく味わいたいものですね。

給食レシピ紹介♪ 鶏の照り焼き

材料(4人分)

鶏もも	60g×4切	しょうゆ	7(大さじ 1/2)
しょうゆ	15(大さじ1)	砂糖	6(大さじ1弱)
砂糖	15(大さじ2)	酒	5(小さじ1)
酒	5(小さじ1)	水	30(大さじ2)
		片栗粉	2(小さじ1弱)

作り方

1. 鶏肉に A をからめ、下味をつけておく。
2. 200度のオーブンで20分焼く。
(フライパンで焼いても良い)
3. B の材料を合わせてよく混ぜ、とろみがつくまでレンジで加熱して、焼いた鶏肉にかける。



甘みのあるタレが人気のヒミツ。

野菜と一緒にパンに挟んで照り焼きチキンバーガーにも。