

7月

給食だより



R7年・7月
瑞穂野北小学校



7月10日 納豆の日給食



7月10日は、「納豆の日給食」でした。これは、あずま食品さんから無償提供されたもので、普段は栃木県産と茨城県産の大豆を使って作られている商品ですが、今回は特別に栃木県産の大豆のみで作られた納豆が無償提供されました。みんな上手に、おいしそうに食べていて、余分に届いた納豆も、とても人気でした。

納豆は、手軽に食べられて栄養も満点です。忙しい朝ごはんや、夏休み中にも、ぜひ食べてもらいたいと思います。

夏休みの食事のポイント8カ条

<p>な んでも食べて夏バテ知らず</p> <p>バランスのよい食事は、夏バテ予防になります。</p>	<p>つ めたいものはほどほどに</p> <p>冷たいものをとりすぎると、お腹をこわします。</p>	<p>や たらとおやつ食べないで</p> <p>おやつを食べすぎると食事に影響します。</p>	<p>す ききらいを減らそう</p> <p>嫌いなものに挑戦し、苦手を減らしましょう。</p>
<p>み どりの仲間をタップリと</p> <p>不足しがちな緑の仲間の野菜をとりましょう。</p>	<p>の おなら牛乳！</p> <p>ジュースばかりではなく牛乳も飲みましょう。</p>	<p>よく よくモリモリ元気な夏！</p> <p>元気に運動して、しっかり食べましょう。</p>	<p>じ かんをきめてきちんと3食</p> <p>夏休みの間も、朝・昼・夕の食事は時間を決めて食べましょう。</p>

給食食材の放射性物質検査の結果について

6月5日に使用した「にんじん(茨城県産)」は、放射性ヨウ素、放射性セシウムともに測定下限値未満でした。引き続き、月1回実施される予定です。