



きゅうしよく

給食だより

6月は「食育月間」です。みなさんにとって、健康的な生活を送ることはとても大切です。心や身体の成長に大きく影響しますので、この機会に普段の食生活を見直してみましょう。

♪♪♪♪♪
しよくいくげっかん
食育月間



☆学校では「4つのマナー」について取り組みます

- ・はしの持ち方
- ・食器の置き方
- ・正しい姿勢で食器を持って食べる
- ・バランスよく食べる



きゅうしよく
トマト給食

宇都宮市で作られたトマトを使った「トマト給食」が月に1回給食に出ます。

宇都宮市のトマトの畑は、栃木県で1番広いそうです。1年を通して収穫されています。

「トマト給食」は、学校給食で宇都宮のトマトを味わうことで、地域への理解を深め、郷土への愛情を育むことを目的としています。



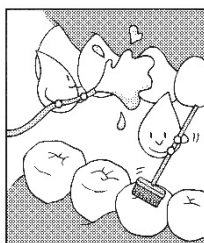
6月18日(火)の給食

小・中学生対象「トマト料理コンクール」
優秀賞「完熟トマトと夏野菜チキン」
が出ます！

よくかんで食べてむし歯予防

よくかんで食べると、唾液がたくさん出てきます。唾液には、歯についた汚れをきれいに洗い流したり、歯が修復するのを助けたりして、むし歯を予防する働きがあります。

するめなどの水分の少ない食品は、よくかんで唾液をたくさん出さなければ、なかなかのみ込めません。また、食材を大きく切ると、かむ回数が増えるので、唾液をたくさん出すことにつながります。よくかんで唾液をたくさん出し、むし歯を予防しましょう。



一口30回！

1.2.3.4

5.6.7.8

カミ

チャレンジ

給食の放射性物質検査

検査結果(単位: Bq/kg)

5月15日

品目 小松菜(宇都宮)

放射性ヨウ素 不検出(<20)

放射性セシウム 不検出(<25)

