

食育だより

お子さんと一緒にお読みください

運動会も終わり、雨でジメジメする時期となってきました。気温・湿度が上がり、子どもたちの食欲もダウンし、体調も崩しやすくなります。また、梅雨の時期は一年の中でバイ菌が最も繁殖しやすい時期です。食事や給食を食べる前は、必ず「手洗い・うがい」をするように心がけることが大切です。

今月は国が定める食育月間で、行事食もたくさん登場します。

楽しみにしててください。



6月の給食の取り組み

6月は、国が定める「食育月間」です。生涯にわたり心身ともに健康で豊かな生活を送るため、日頃の食生活を見直したり、家庭で「食」について話題にしてみてください。

- ◆4日～10日：歯と口の健康週間（カミカミ給食の実施）
- ◆12日：マナー献立
- ◆16日：県民の日献立
- ◆16～20日：地産地消強化週間
- ◆17日：宮っ子ランチ（宇都宮市産の玉ねぎを使用）



今月は、地域学校園マナー月間です。

「食器の並べ方」や「食器のもち方」を確認してみましょう。

食中毒に気を付けましょう

食中毒を防ぐには…

石けんでよく手を洗い、
細菌を洗い流し
ましょう。



肉・魚などの
生ものにはよく
火を通しましょう。
調理をしたら、すぐに
食べるようにしましょう。
温度管理も大切です。



調理用具・お皿などは、
よく乾かし清潔に
しておきましょう。



給食の食中毒予防！

食中毒予防のため、給食では
「85℃1分間以上の加熱」を
しています。すべてのおかずの
中心温度を計り、85℃以上と
確認をしてから配食をします。



つけない

ふやさない

やっつける

給食で
愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA



ひとこと マナー味付けのりができます！ 正しいマナーってなに？



12日の献立に出る味付けのりのパッケージに
正しい食事のマナーが記載されています。給食時だけ
でなく、ご家庭でも「基本の配膳」や「正しい姿勢」
を心掛けることが大切です。