



だより



宇都宮市立岡本西小学校

2024年6月

草木にとってはうれしい雨も、私たちの生活においては長く続くといろいろな弊害がでできます。ジメジメした環境で、食中毒の原因になるいろいろな菌が増殖します。食品の選び方、保存、調理方法などに気を配って食中毒を防ぎましょう。

★今月の給食から★

4日……むし歯予防献立



4日～10日は、歯と口の健康週間です。歯や口の中の健康を見直す1週間です。給食は4日にむし歯予防献立を実施します。料理にカルシウムや食物繊維の多い食品を入れることで歯を丈夫にし、しっかりかむことで歯の健康を助けることができます。給食には、カルシウム補給にチーズトースト、食物繊維のたっぷり入った大豆が入ったポークビーズ、ごぼうを使ったサラダをとり入れました。また、かむ回数を増やすことで、集中力アップや肥満の予防にもつながります。

14日……県民の白お祝い献立



6月15日は県民の日です。昔、栃木県は、宇都宮県と栃木県に分かれていました。2つの県が明治6年6月15日に統合して、今の栃木県になりました。給食では、栃木県に関わりの深い食材を使った給食を実施します。栃木県産ヤシオマスを使ったフライや生産量全国1位のもやしと全国2位ののらのごまあえ、生産量全国1位のかんぴょうを使ったかんぴょうの卵とじ汁、とちおとめ(いちご)を使ったゼリーを組み合わせた献立です。もちろんお米は宇都宮市産、牛乳は、100% 栃木県産です。

★トマト給食★

児童生徒が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、作付面積が県内1位である宇都宮市産トマトを使用した給食(トマト給食)を令和5年11月から、宇都宮市立全小・中学校において月1回以上実施されています。13日「トマトカレー」、28日「完熟トマトと夏野菜チキン」を実施します。「完熟トマトと夏野菜チキン」は、令和5年度「トマト料理コンクール」で優秀賞を受賞した料理です。

トマト給食に関する宇都宮市教育委員会作成動画をご家庭でもご覧いただけますので、URLとQRコードをお知らせいたします。

「トマト給食のはじまり」(小学校版 約4分)

URL : <https://youtu.be/cmF23Ox9LVU>

「トマトのことをもっと知ろう」～トマトのふるさと・仲間編～(小学校版 約6分)

URL : <https://youtu.be/EWTP68Dp6aM>

「トマトのことをもっと知ろう」～トマトの栄養編～(小学校版 約6分)

URL : <https://youtu.be/EN2pATrlp90>

QRコード

トマト給食のはじまり



QRコード

ふるさと・仲間編



QRコード

栄養編



★5月7日創立記念日お祝い給食★

5月7日に岡本西小学校50周年創立記念日のお祝い給食を実施しました。献立は赤飯・牛乳・メンチカツ・塩こんぶあえ・かんぴょうの卵とじ汁・たいやきでした。メンチカツには、食べられるインクで岡本西小学校シンボルキャラクター「岡西たいやきくん」が印刷されています。

