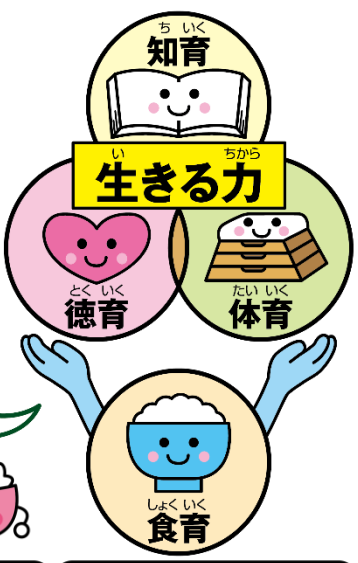




「食育」で生きる力を育もう

生きていく上で欠かすことのできない「食」のこと。生涯にわたって健康で心豊かに暮らしていくためには、子どものころから、食に関する知識を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことが重要です。毎年6月は国が定める「食育月間」です。よりよい食生活を目指して、できることから取り組んでみませんか？



◆「食育基本法」では、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」と明記され、食育を「生きる上で基本であって、知育、徳育及び体育の基礎となるべきもの」と位置付けています。

家庭で取り組みたい「食育」

<p>朝ごはんを食べる</p>	<p>家族で食卓を囲む</p>	<p>一緒に食事の支度を する</p>	<p>わが家の味を伝える</p>
------------------------	------------------------	--------------------------------	-------------------------

感染症・食中毒予防の基本！

正しい手洗い方法を確認しよう

- 流水で手をぬらした後、せっけんをつけ、手のひらをよくこする
- 手の甲を伸ばすようにこする
- 指先、爪の間を念入りにこする
- 指の間を洗う
- 親指、手首を反対側の手でねじるようにして洗う
- 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチやタオルでふき取る

洗い残しの多い部分は念入りに！
爪はあらかじめ短く切っておきましょう

★6月は1年生リクエストメニュー月間です★
4月はじめに1年生を対象に給食アンケートを実施し、そこに書いてくれたリクエストメニューを6月の献立に取り入れしました。(★がついているのがリクエストメニューです。)
2～4年生のリクエストメニュー月間もこれから実施するので楽しみに。1年生の皆さんアンケートのご協力ありがとうございました！◎

令和5年6月予定献立表

都立江戸川高等学校 定時制課程

給食時間 行事	日	曜	主食	主菜	副菜・汁物・デザート	変更 締切
6:15~6:35	1	木	★ミートソーススパゲティ		コールスロー・きのこスープ・ブラマンジェ	5/19 (金)
5:30~5:55 体カテスト	5	月	★マーボー丼		切干大根のサラダ・にらたまスープ・くだもの	5/26 (金)
6:15~6:35	6	火	ミックスピラフ		コーンサラダ・★シチュー・フルーツポンチ	
6:15~6:35	7	水	豆ごはん	さばのさらさ揚げ	昆布サラダ・すまし汁・くだもの	
6:15~6:35	8	木	コーンバター ライス	★豚のピカタ	白いんげんのサラダ・かぶのスープ・くだもの	
6:15~6:35	9	金	ごはん	つくね焼き	ごぼうサラダ・みそ汁・カルピスゼリー	
6:15~6:35	12	月	いわしのかば焼き丼		ささみの梅肉和え・いものこ汁・あじさいゼリー	6/1 (木)
6:15~6:35	13	火	ごはん	★鶏のから揚げ	いんげんのごま和え・みそ汁・くだもの	
6:15~6:35	14	水	ごはん	★デミグラス ハンバーグ	グリーンサラダ・ポトフ風スープ・くだもの	
6:15~6:35	15	木	豚丼		ひじきサラダ・みそ汁・ナタデココヨーグルト	
6:15~6:35	19	月	深川飯	★小松菜コロッケ	大根のゆず和え・野菜椀・明日葉ミルクゼリー	6/9 (金)
6:15~6:35	20	火	ごはん	さけの照り焼き	海苔和え・みそ汁・★チョコレートケーキ	
6:15~6:35	21	水	ごはん	★すき焼き風煮	ナスのお浸し・みそ汁・みたらし団子	
6:15~6:35	22	木	★ビーフカレーライス		ツナサラダ・洋風たまごスープ・ミルク寒天	
6:15~6:35	23	金	★みそラーメン		野菜の香味和え・シュウマイ・くだもの	
6:15~6:35	26	月	★ユッケジャンクッパ		ナムル・カレービーフン・ソイラテゼリー	6/15 (木)
6:15~6:35	27	火	にんじん ライス	★エビフライ	チキンサラダ・オニオンスープ・くだもの	
6:15~6:35	28	水	★はちみつレモントースト		ポークビーンズ・えのきサラダ・くだもの	
6:15~6:35	29	木	ごはん	夏野菜と鶏のオイス ターソース炒め	かぼちゃサラダ・小松菜スープ・プリン	
6:00~6:25 期末考査前日	30	金	★五目ごはん	鶏の照り焼き	おろし和え・すまし汁・★冷凍みかん	

※牛乳は毎日つきます。

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

<6月分の給食予約> 6月分の給食は5月19日(金)までに予約しましょう。