

6月 給食だより



令和8年6月1日
板橋区立志村第一小学校

梅雨に入り、これからは気温と湿度が高くなる日が増えてきます。天候が不順で人の体力が落ちてくる一方で、食中毒の原因になる細菌にとっては活発に動く条件がそろってきます。いつにも増して食中毒予防を意識しながら、換気や手洗い、手指の清潔など衛生対策をしっかり継続していきましょう。

今月の献立



* 1日(月) 鉄ちゃんビーンズ 22日(月) ジャージャン井 《鉄分強化献立》

鉄分強化の献立です。子どもの鉄分不足は生活にも成長にも大きく影響します。鉄分の吸収に大切な役割を果たす大豆をたくさん使用しました。

* 4日(木) かみかみ井 バンサンスウ くだもの 《歯と口の健康週間の献立》

かむことを意識した献立です。よくかまない飲み込むことが難しい食材を多く使いました。よくかんで食べると食べ物の味がよく分かり、おいしく感じられるだけでなく、肥満予防や虫歯予防につながるなど体にいいことがたくさんあります。やわらかいものばかりではなくかみ応えのある食べ物を意識して取り入れてみてください。

* 25日(木) 板橋区産じゃがいもの塩バター肉じゃが 《ふれあい農園会給食の日》

板橋区の農家の方で作られている「ふれあい農園会」からじゃがいもを届けていただきます。そのじゃがいもを使った肉じゃがを提供する予定です。

6月4日～10日は
「歯と口の健康週間」

未来へつながる「食」を考えよう

私たちが生きていく上で欠かすことのできない「食べる」こと。毎日を元気に生き生きと暮らすには何をどのように食べるかがとても重要です。またこれからも安心して食料を得られるように、未来へつながる「食」について考えていくことも大切です。6月は国が定める「食育月間」です。食べることを改めて見直し、出来ることから取り組んでみてはいかがでしょうか。

6月は
食育月間



●自分の健康のためにできること

<p>朝ごはんを食べる習慣をつける</p>	<p>ゆっくりよくかんで食べる</p>	<p>塩分の取り過ぎに気を付ける</p>
-----------------------	---------------------	----------------------

●食の未来のためにできること

<p>食べ物が何から出来ているか、どこから来るのかを知る</p>	<p>地域でとれたものや、環境に配慮した食品を選ぶ</p>	<p>食べ物の無駄をなくし、食品ロスを減らす</p>
----------------------------------	-------------------------------	----------------------------

◆再資源化の取組みについて◆ ～学校給食で出た野菜くずや残食のリサイクルを開始します～

学校給食の生ごみは、年間500トン以上排出されており、これまでは、一般廃棄物の可燃ごみとして焼却処分をしていました。この生ごみを廃棄物として処分するのではなく、飼料として再資源化する取組みを令和8年度から開始します。