

6月給食だより

いたばしく しょくいく
板橋区 食育キャラクター



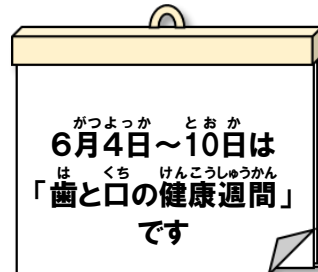
板橋区立板橋第四小学校

6月は雨がが多く、気温や湿度が高くなって食中毒が増える時期です。

また、季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。手洗い・うがいを忘れずに、体調管理を心がけましょう。



ほね は
骨や歯をじょうぶにしよう



・毎日の歯磨きで健康な歯を守りましょう。

・よく噛んで食べることにより、むし歯を予防する効果が期待できます。

(参考) 農林水産省「第4次食育推進基本計画」啓発リーフレット

こんげつ きゅうしょくもくひょう 今月の給食目標

じゅん び まえ ただ て あら
準備の前に正しい手洗いをしよう

ただ て あら かんせんしゅう しょくちゅうどく よ ぼう き ほん
正しい手洗いは感染症・食中毒予防の基本です。

ただ て あら かん 正しい手の洗い方

- ① 流水でよく手をぬらし、せっけんを泡立ててこすり洗いをします。
- ② 手の甲をのばすようにこすりします。
- ③ 指先・爪の間に念入りに洗います。
- ④ 指の間を洗います。
- ⑤ 親指・手首をねじり洗いします。
- ⑥ 流水で十分に洗い流し、清潔なハンカチなどでよく拭き取り乾かします。



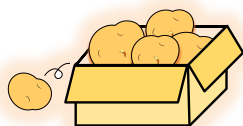
こんげつ むらきゅうしよく ★今月のとれたて村給食★

かごしまけん ちょうさん はる
鹿児島県さつま町産 春かぼちゃの
マセドアンサラダ



こんげつ いたばし のうえんかいきゅうしよく ★今月の板橋ふれあい農園会給食★

いたばしくさん
板橋区産じゃがいものみそポテト



しゅん やさい さんち
旬の野菜を産地から
お届けするっちい♪



てつぶんきょうかこんだて ★鉄分強化献立★

ふそく てつぶん せつしゅきょうか はか
不足しがちな鉄分の摂取強化を図る
ため、毎月の給食に1品以上
登場します。

6月は「ジャージャン麺」
です。

