

6月

パクパクタイムズ



きょう 〈今日のメニュー〉

わかめときびのごはん

やさい に 野菜のうま煮

メロン、^{ぎゅうにゅう}牛乳

【主な食材の産地・取り扱い業者】

- 米：ナナミ
- 米粒麦：はくばく
- もちきび：国産
- 白ごま：多国籍
- じゃがいも：長崎
- 飲用牛乳：コーシン乳業
- 炊き込みわかめ：国産
- 鶏肉：宮崎
- うすら卵水煮：国産
- 人参：千葉
- 生姜：高知
- 玉ねぎ：兵庫
- 干しいたけ：国産
- さやいんげん：
- メロン（タカミ）：茨城



うらめん うらめん
裏面もご覧
ください！

いたばしく さんさいちようさきかん
6/9～6/13は板橋区の残菜調査期間です。

のこ 残さずいただきましょう！ にかて 苦手なものもまずは一口食べてみましょう！



〈ぱくぱくクイズ〉 ^{ざっごく なかま} 雑穀の仲間である「きび」は、^{なにいろ}何色をしているのでしょうか？

- ① ^{しろ}白
- ② ^{きいろ}黄色
- ③ ^{みどり}緑



こた (答え) ②黄色

「きび」は、ビタミンやミネラルを多く含む雑穀の仲間で、^{ごこく こめ びき まめ}五穀（米・麦・あわ・きび・豆）のひとつです。

2mm程度^{ていど}の^{きいろ}黄色い粒^{つぶ}で、もちっとした^{しよっかん}食感^{とくちよう}が特長です。『桃太郎』のお話^{はなし}にも出てくる“きび^{だんご}団子”の

^{げんりよう}原料になります。

きょう きゅうしょく のこ
今日の給食も残さずおいしくいただきましょう！

がつ か とおか
6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。よくかんでいただきましょう！

「いただきます」まで 目標 15分



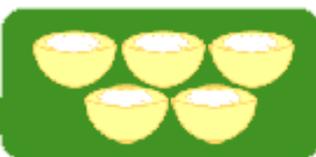
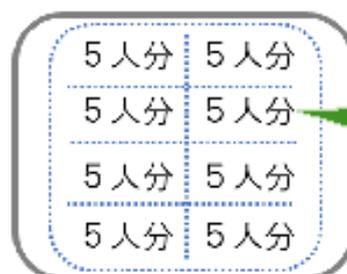
00:00



すばやく準備をして
食べる時間を確保しよう

★上手に配るポイント★

- ① ごはん、おかずは はじめに目印をつける



展示食を見本にして
ほしいっちい!!



(例) 40人のクラスの場合
全体を8等分し、その1区画を5人に分けます。

- ② 汁物は具を底からすくい上げる



具が沈んでいるので、お玉で底からすくい上げます。
できるだけ食缶に具が残らないようにしましょう。

