

給食だより

令和3年度 6月

<西能美学校給食共同調理場>

いよいよ梅雨の季節に入ります。蒸し暑かったり、じめじめしたりと過ごしにくい日が続きます。食事・運動・睡眠を大切に、まだまだ暑くなる夏に向けた体づくりをしましょう。

食中毒の発生しやすい季節です！



気温や湿度が上昇すると、細菌が原因となる食中毒が多く発生します。細菌は、温度や湿度などの条件がそろって、食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べると食中毒を引き起こします。食中毒になると、多くの場合、嘔吐、腹痛、下痢、発熱などの症状が出ます。

食中毒予防の三原則

【つけない】

- 石けんを使った手洗いをする。
- 野菜や果物を流水で洗う。

【増やさない】

- 食品を買った後は冷蔵庫や冷凍庫に入れる。
- 作った料理はできるだけ早く食べる。

【やっつける】

- 加熱が必要な食品は中心部までしっかりと火を通す。



6月15日は「おいしい江田島の日」です！

毎年6月は
食育月間



毎年6月は、国が定める「食育月間」、毎月19日は食育の日です。食べることは、生きる上での基本となるものです。生涯にわたって健康で過ごすために、食について学んでいきましょう。ご家庭でも、「今日の給食はどうだった？」と話題にしてみてくださいと幸いです。

6月15日の給食は、江田島市で作られた食材を使った「おいしい江田島の日」献立です。お楽しみに！

【献立】

- もりもりマーボー丼
(豆腐・トマト・ズッキーニ)
- 江田島じゃこきゅう(きゅうり)
- ひろしまけんさん
広島県産レモンゼリー
- きゅうりゅう
牛乳

6月15日の食材



とくながとうふてん
徳永豆腐店さんの
もめん豆腐



グリーンファーム沖美さんの
アイミイトマト



こまつ おおま
小松さん(大須)の
ズッキーニ



やまだ ころうら
山田さん(幸の浦)の
きゅうり

学校からの給食メッセージ

5/6 (木) とりのからあげがジューシーでおいしかったです。(中町小 5年)

5/10 (月) 今日ホイコーローがおいしかったから、ただしてください。(三高小 6年)

5/11 (火) いつもおいしい給食をありがとうございます。僕は、おいしい給食を食べて5、6時間目の活力としています。(大柿中 3年)

5/12 (水) サラダがおいしかったです。ドレッシングの作り方が気になります！(三高小 3年)

5/13 (木) さわらのあまずやきと、おかかあえを合わせて食べるととてもおいしく、さわらとごはんも合っていました。(鹿川小 5年)

5/18 (火) ごはんとかつおのあげに合いました。(大古小 3年)

5/19 (水) 私はアスパラガスがあまり好きじゃないけど、今回のサラダはおいしかったので、家でもアスパラガスはごまあえにして食べようと思いました。(能美中 3年)