

6

月



食べまいか

上島小
給食だより



ことし 今年はいつもより暑さが早くやってきて、夏バテも早く訪れてきそうで心配です。
はやね 早寝・はやお 早起き・あさ 朝ごはん で、いつでもげんき 元気にごはんをた 食べられるといいですね。



がつ 6月は食育月間です

食育

いえ 家で浜松の食べ物の話をしていますか？

ちさんちしょう 「地産地消」をしよう！ ～地元の産物を食べて 地域を活性化！

はままつ 浜松の産物

春夏秋冬

地産地消とは、地元でとれた物(地場産物)を、地元で食べることです。

「地産地消」のいいところ

- 新鮮：身近な場所で作られた新鮮な農産物が食べられる。
- 安心感：直接見て、聞いて、話して作っている状況を確認できる。
- 安価：流通コストが削減できるので、安く買える。
- 親近感：生産と消費の関わりや伝統的な食文化について知る機会となる。
- 地域活性化：地域の農家にお金がいき、地域内でお金がまわり、地元がうるおう。



コーナー

こんげつ 今月のこんだて

食べものに^{きょうみ}興味をもって、^{たの}楽しく、^{のこ}残さず^た食べてね。



ぎょうじしょく はくちけんこう 行事食 歯と口の健康 6月8日(木)

ごはん

ぎゅうにゅう
牛乳

ししゃものフライ

ひじきの炒め煮

いなか汁

歯を丈夫にするためには、カルシウムをたくさんとることと、しっかりかむことが大切です。牛乳や小魚、大豆、大豆製品、小松菜にはカルシウムが多く含まれています。また、ししゃものフライは「カミカミメニュー」です。



きゅうしょくしゅうかん ふるさと給食週間 6月19日(月)～23日(金)

<テーマ>

きゅうしょく まな
給食から学ぼう わたしたちのふるさと
～おいしさ探検 ふるさとの味～

20日 のびゆく浜松～平地～

てんりゅうがわ そへいち
天竜川に沿った平地は、
みず ゆたか
水が豊かでなところが多く
セロリやレタスなどいろ
るな野菜が作られています。



22日 はままつ福市長 家康くん献立

いえず
浜松パワーフード給食
家康くんカレーは、徳川家康が好んだ
といわれる浜納豆入りです。姫まкруす
いかは、小玉でも食感と甘みが
よい、浜松自慢のすいかです。



19日 のびゆく浜松～台地～

みかたはらだいち あかつち はたけ ひろ
三方原台地には、赤土の畑が広がり、
じゃがいもやだいこんなどが盛んに
つくられています。



21日 のびゆく浜松～山地～

てんりゅうく やくわり しんりん
天竜区の約9割が森林です。
ゆたか しぜん いにくあつ
豊かな自然を生かし、肉厚で
おいしい原木のしいたけを
栽培しています。



23日 のびゆく浜松～浜名湖治い～

はまなこぞ
浜名湖治いは、温暖な気候で、
のうぎょう ちくさん さか
農業や畜産が盛んです。また、
「三ヶ日みかん」は全国的にも
有名です。

