



蒸し暑い日が増えてきました。この季節は食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすい時期です。
手洗いうがいをしっかり行い、食品の取り扱いにも十分気を付けて元気に過ごしましょう。

歯について知ろう！

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」といい、歯や口の中の健康を見直す一週間です。
もともと、**6月4日が6(む)4(し)**と読めることから、6月4日を「虫歯予防デー」としていたのが始まりです！

給食ではよく噛む習慣を身につけるためかみごたえのある「きんぴらごぼう」が登場いたします。

郷土料理「京都府」

京都は1200年以上の歴史をもつ古都で、多くの寺社や文化財が残る日本文化の中心地です。四季の自然が美しく、だしを生かした繊細な食文化も特徴の一つです。

また、6月30日には無病息災を願う「水無月」を食べる風習があります。

給食ではどんな献立がお楽しみに…



正しい手洗いを心がけましょう

手洗いの目安は30秒です♪

泡をしっかりと水で流すことも忘れずに！



かいそう

今月の食育



今月の食育は「海藻」です！

海藻は、わかめや昆布など海の恵みで、食物繊維やミネラルが豊富に含まれています。体の調子を整え、元気な毎日を支えてくれる大切な食材です。

乾燥わかめや乾燥ひじきを使い、水でもどす前後の変化を見たり触れたりしながら、海藻への興味を深める体験をしましょう♪

海藻を使ったレシピを検索してみよう★

