



6月給食だより

令和8年度6月号
調布市立調和小学校
校長 安藤 力也

未来へつながる食を考えよう

わたし い うえ か た まいにち げんき い い く
私たちが生きていく上で欠かすことのできない「食べる」こと。毎日を元気に生き生きと暮らす
ためには、何をどのように食べるかがとても重要です。また、これからも安心して食料を得られ
るように、未来へつながる「食」について考えていくことも大切です。6月は国が定める「食育
げっかん た あらた みなお とく
月間」です。食べることを改めて見直し、できることから取り組んでみませんか？



自分の健康のためにできること

 <p>あきごはん 朝御飯を た しゅうかん 食べる習慣を つける。</p>	<p>ゆっくり、 よくかんで 食べる。</p> 	<p>えんぶん す 塩分のとり過ぎに きを付け、 「適塩」を 意識する。</p> 
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

食の未来のためにできること

<p>た もの なに 食べ物が何からできているか、 どこから来るのかを知る。</p> 	<p>ちいき 地域でとれたものや、 かんきょう はいりよ しよくひん えら 環境に配慮した食品を選ぶ。</p> 	<p>た もの 食べ物の むだ 無駄をなくし、 しよくひん 食品ロスを 減らす。</p> 
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



読書旬間給食

6月15日(月)～6月26日(金)

図書室の司書の先生に食べ物が出てくる本を紹介してもらい、本に出てくる食べ物や料理を給食で出します。

- 15日(月) 「給食室のいちにち」より〈ポークカレーライス〉
- 16日(火) 「ねぎぼうずのあさたろう」より〈さけのねぎみそやき〉
- 17日(水) 「トマトさん」より〈トマトシチュー〉
- 18日(木) 「精霊の守り人」より〈とりめし〉
- 19日(金) 「ハンバーグ ハンバーグ」より〈ふわふわとうふハンバーグ〉
- 22日(月) 「マルゲリータのまるちゃん」より〈ピザトースト〉
- 23日(火) 「大根はエライ」より〈わふうおろしスパゲッティ〉
- 24日(水) 「カボチャのなかに たねいくつ？」より〈かぼちゃのそばろに〉
- 25日(木) 「にんじんばたけのパピペポ」より
〈キャロットライスホワイトソースかけ〉
〈にんじンドレッシングのビーンズサラダ〉
- 26日(金) 「そのときがくるくる」より〈なすのみそしる〉

1年生そら豆のさやむき

旬のそら豆のさやむき体験をして給食で味わいました。「さやむき、またやりたい!」「そら豆おいしい!」と大好評でした。

