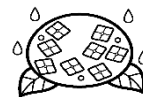


給食だより6月号



太田市立尾島中学校

梅雨の時季となりました。この時季は、気温や湿度が上がり、食中毒が発生しやすくなります。食中毒予防のためには、食事の前の手洗いは重要です。石けんを泡立て、しっかりと手を洗いましょう。

丈夫な歯をつくらう！



カルシウムを多く含む食べ物

牛乳



乳製品



小魚



海藻

ビタミンDを多く含む食べ物

きのこ



さけ



小魚



丈夫な歯を作るためには、その歯を作るもとになる栄養素が必要です。カルシウムとビタミンDを一緒にとると、体への吸収が促進されるので、これらを多く含む食品を組み合わせることで、効率的にカルシウムをとりましょう。



6月は食育月間

6月は「食育月間」です。食育とは、生きるための基本であり、知育・徳育・体育の基礎となる健全な食生活を実践できる力を育てていくことです。

食べることの大切さをあらためて考えてみましょう。

食べる楽しみや喜びを
あらためて感じてみよう！

食べ物のことを
よく知ろう！

ふるさとの食、
伝統の食を
未来に伝えよう！



太田市特産のこだますいかが登場します！



6月7日（金）給食に、**太田市の特産品**、こだますいかが登場します。太田市は、こだますいかの生産量が群馬県第1位です！給食では、農家の方に大切に育てていただいた『まなむすめ』という品種を使う予定です。お楽しみに！！