

6月給食だより



令和6年

雨の多い季節になりました。これから夏に向けて、気温も湿度も上がり、体調を崩しやすくなります。体力が落ちると、食中毒にもかかりやすくなります。

食中毒予防の基本は手洗いです。石鹸を使い、しっかりと手を洗う習慣をつけましょう。



福岡県の郷土料理

今月は、福岡県！

13日(木)に『肉ごぼ天うどん』
おやつに『かしわ飯』をおにぎりに
して提供します。

〈ごぼ天うどん〉

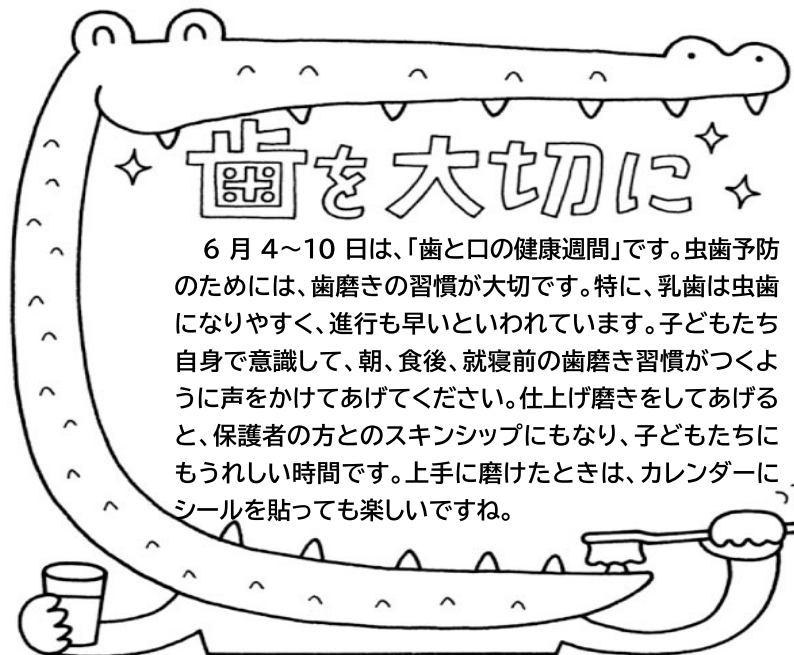
九州福岡は、うどんの発祥の地とも言われており、「うどん王国」でもあります。一般的にコシが弱く汁は昆布・鰹節・うるめ・鯖節・いりこ・あじこ・あご等を使用した薄口醤油で仕上げます。

〈かしわ飯〉

九州地方では鶏肉のことを「かしわ」と呼び、炊いたご飯に、かしわや具材を煮詰めたものを混ぜた郷土料理を「かしわめし」と呼ぶ。

「かしわめし」に使われる鶏肉は、福岡県の地鶏である「はかた地どり」が多く、筋肉質で歯切れの良さと、噛むほどに旨みが増すところが特徴です。

また、「はかた地どり」のむね肉には、認知機能の低下を抑止する効果が期待されるアンセリンやカルノシンが含まれており、消費者庁の機能性表示食品として認定されています。



歯を大切に

6月4～10日は、「歯と口の健康週間」です。虫歯予防のためには、歯磨きの習慣が大切です。特に、乳歯は虫歯になりやすく、進行も早いといわれています。子どもたち自身で意識して、朝、食後、就寝前の歯磨き習慣がつくように声をかけてあげてください。仕上げ磨きをしてあげると、保護者の方とのスキンシップにもなり、子どもたちにもうれしい時間です。上手に磨けたときは、カレンダーにシールを貼っても楽しいですね。

1組さんの別メニュー

- 24日(月) 1歳からのかつぱえびせん
- 26日(水) アンパンマンお野菜せんべい
- 28日(金) ベジたべる(1・2組)の提供となります。

