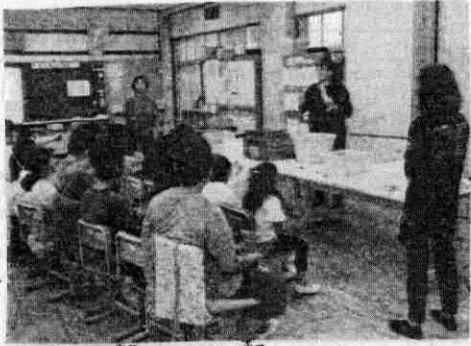


食育だより 2025.7 明治小学校

厳しい暑さが6月から続き、釜もぼは40度を超えるおそろしい日々の中、何とか
 気力とふんばっている給食室です。あと数回!最後まで無事に終えられるよう、
 一日一日、励んでいます!!

とうもろこし
皮むき
 1年生 & 及ぶの子さん
 7/8のとうもろこしは1年生と及ぶの子さんが皮むき
 してくれました!!



むき方を耳聞してから...



及ぶの子さんもお手伝いがんばってくれました!!



ありがとう
 おうけあし!!
 食べがやります!!



皮は何枚あるかな...?!



黄色が見えてくるとうれしい!!



皮をむくのがちょっと難しい!!
 立ち止まって「アッ!!」



手廻りで「おはよう...」



ひげ一本もないくらい!!

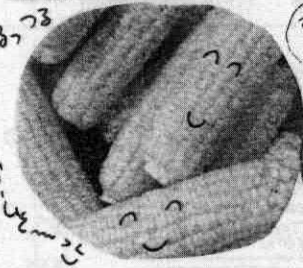
キーンとこります!!



おいしいです!!



は!! がんばってるところから!!



笑ってら回もきくと、給食室がサケに...

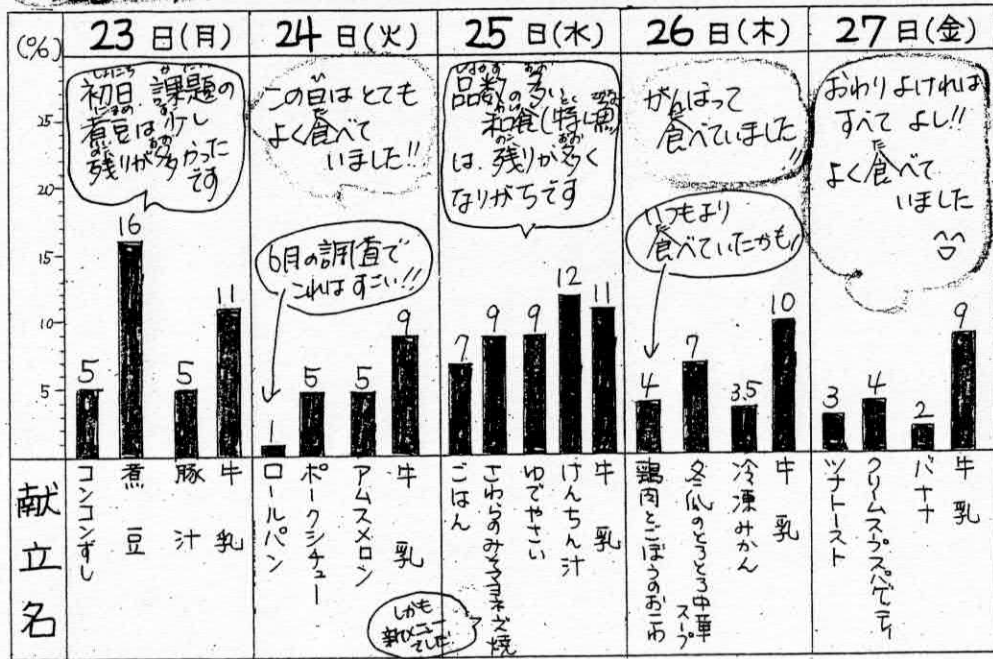
1年生も見こぼ
 「あ!!」「あ!!」と
 食べてくれました!!
 「わいはいたが
 主目!!」「女の
 おい!!やうた!!」
 と喜んで食べて
 いました!! かわい!!

とうもろこしが
 17ゼシんに食だらけになりました!!

今年、初めて、城南の川島さんが明月館にとうもろこしを植えてくれたので、
 川島さんと相談して、確実に収穫できそうなので、7/8(水)に設定。楽しみにしていた
 のに... 6月中旬のある日、川島さんが業務用品に来りなり、ショーキー一言が!!! もう、ほん
 とに、「えー!? マジですかー!?!」それこそ、いんてんね、17ゼシンの、プライヴマ。
 どうもとうもろこしやまうりが好きで、文策はしていたそうだが、かなりやめて
 しまったそうです... 急ぎ、市場に品物は10分、六会のもが入荷はしましたが...
 生産者さんもお大変ご苦労
 17ゼシンのごめね...
 来年こそぜひ...



6/23~27 食べ残し調査の結果をお知らせします!!



今年度1回目の調査は暑さのたかい5日間でした。でも、6月のこの時期には、がんばって食べていたと思います。予想通り、初日の煮豆、3日目の品数の多い和食、しかも魚の日は、残りが多かったです。でも、煮豆も以前よりは食べていましたし、和食の日も、がんばって食べていた様子が見えました。今後に期待です!!

ただ、残念だったのは、この時期なのに牛乳の残りが多かったことです。小学生のこの時期は、骨を強くできる時です。(残念ながら骨を強くできるのは20までです)できれば毎食1本はしっかり飲んでほしいです。今まで苦手だったのに、6年生になって飲むようになったよ!!と、うれしそうに報告してくれちゃいます。今ではおかわりもしています。すばらしい!! 味覚は成長します。あきらめずにチャレンジすることが大事ですね!!

パンパケ信音

きのう(24)の食べ残し調査の結果です! 明治水 全部で 940人とすると、おぼつかた残りました。

ロールパン	9人分 (1%)
ポークシチュー	47人分 (5%)
アムスロン	47人分 (5%)
牛乳	85人分 (9%)

きのうは洋食で食べやすかったようです。パンはひかりすらよく食べてました。今日は和食、魚、品数多いの残りがなまなです。しかも、ごぼうのササゲとキャベツやきいも新メニューです!! 今日が、しっかり食べるチャンスです!!

今日は、お弁当です。きょうの昼には、使いたまねのとおやの「大根」が川は、川の水です!!

夏休み中も、1日3食しっかり食べましょう

長い夏休み、はじめはがんばっていたけど、だんだんと起きるのが遅くなる。朝も昼も一緒にいいか、暑いわらそうめんだけでいいか、暑いわら冷たいものがほしいね...とアイス、かき氷、ジュースばかり... ということにならないように、1日3食しっかり食べてほしいです。

こうならないうちを付けて...

いつまでも起きない

休ませ早寝早起き!!

朝ごはんを抜く

絶対食べてほしい!!

おうちでゴロゴロ

暑いね...

好きな時間におやつ

時間を重を洗!!

牛乳、やめた!

休ませのどがほし!!

食べるのは好きなものだけ

いつか、NG!!

自分で作ってみよう!!

毎月の献立表のうらにのっているレシピや、自分で調べたレシピなどを利用して、自分で作ってみよう!

超かんたんませごはんの「ませごはん」

- かつおぶしチーズのりほんだし汁
- 11人分 コンピューター
- 梅干(きん)しらすすし酢
- おけりかけごまきゅうり(海苔)
- しいたけしいたけ(おでん)

超かんたんのせつやくだけの「トースト」

- 17人分 セマン1人分 コンピューター
- 自家製おバケツラ
- 市販のポテトサラダ
- 11人分 チーズ
- 1/4 大根、チーズ、マヨネーズ

< 味付けのヒント!! >

みそ汁やスープ、サラダ、くたものをあわせれば、すきな朝食や昼食に!!

牛乳、乳製品を加えると、アイスに似たアップ!!

ぜひ、楽しみながら作って食べてほしいです!!

夏を元気にすごしましょう!!