

# 食育だより



こんげつ もくひょう て あら  
**今月の目標 手をきれいに洗いましょう**

名古屋市立 小幡小学校

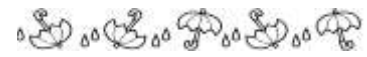
## 保護者のみなさまへ（重要）

- ☆ 新型コロナウイルス感染防止対策のため、昨年度まで使用していた給食用スプーンを今年度は使用しないことになりました。お手数ですが、箸に加えてスプーンもご家庭で用意していただき、お子様に持たせてください。また、箸の貸し出しも原則行いませんので、持たせ忘れにはご注意ください。
- ☆ 6月は食育月間です。食育月間は、食について改めて考えたり行動したりする期間です。食育をテーマとした様々な取り組みやイベントも実施されます。また、毎月19日は「食育の日」です。食卓を囲みながら、食事のマナーを見直したり、偏食しないことの大切さを知らせたり、望ましい食習慣について考える機会にしてみてくださいはいかがでしょうか。ご家庭でも食育の実践をよろしく願います。

6月になり、梅雨が近付いてきました。いよいよ給食が始まりますね。じめじめと蒸し暑い日が続いたり、ときには肌寒い日もあったりと体調を崩しやすい時期です。食事の前の手洗いなど、自分でもできる衛生に気を付けて元気に過ごしましょう。



## 6月のこんだてから



### ★新こんだて

#### ○スタミナトンテキ・・・16日(火)

三重県でよく食べられている四日市トンテキを給食用にアレンジしました。給食では、野菜と揚げた豚肉がからめてあります。

### ★「みんなで食べる！なごや産」の日

#### ○「牛乳・肉どんぶり・きしめん汁・グレーゼリー」・・・17日(水)

#### ○「米粉パン・牛乳・グラタン風マカロニ・野菜サラダ」・・・19日(金)

ごはんは米粉パンは、港区・中川区でとれた「あいちのかおり」という米を使っています。また、肉どんぶりやグラタン風マカロニに使われているたまねぎは、緑区とその周辺でとれたものです。



※ 「たまねぎ」は、「おかえりやさい」です。「おかえりやさい」とは、名古屋市の学校給食や名古屋市内のスーパーから出された生ごみを原料にして作られたたい肥を使って名古屋市内やその周辺の農家で育てられた野菜です。

※ 6月は「食育月間」のため、15日(月)～19日(金)までのごはんは、港区・中川区でとれた「あいちのかおり」という米を使っています。

### ★「ふるさとこんだて」～ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう～

○えびフライ・・・11日(木) 名古屋で親しまれている料理です。

○きしめん汁・・・17日(水) 名古屋名物のきしめんを使っています。

○青じそふりかけ・・・23日(火) 愛知県の特産物である青じそを使っています。

# ちさんちしょう 地産地消について知ろう



地産地消とは、地元でとれたものを、地元で食べたり使ったりすることです。地産地消をすすめると、作る人と食べる人の距離が近いので、食べものを新鮮なうちに食べられたり、運搬の距離が短くなるので必要な費用や燃料が少なくてすむなど良いことがたくさんあります。

名古屋市の給食でも、地産地消に取り組んでいます。献立表に下のマークがついている日は、名古屋市内で取れた米や野菜が給食に使われています。また、「みんなで食べる！なごや産」の日には、名古屋市内で作られた米と野菜を組み合わせ使用しています。

## <「みんなで食べる！なごや産」の日に使われる食べもの>

### 中川区 水耕ねぎ・みつば・米

水耕ねぎやみつばは、ビニールハウスの中で、水耕栽培で作られています。水耕栽培とは、土を使わずに水だけで作る栽培方法です。



### 港区 米・トマト

南陽地区で「あいちのかおり」という種類の米を作っています。香りがよく、つやとねばりがあるのが特徴です。トマトは甘味と酸味のバランスがよい種類です。



### 天白区 にんじん・キャベツ・くりあじかぼちゃ

にんじんは、「八事五寸にんじん」という種類で、「あいちの伝統野菜」にも選ばれています。愛知県では、キャベツが日本で一番多く作られています。くりあじかぼちゃは、くりのような味なのでこの名前がつけました。



### 緑区 たまねぎ・ブロッコリー

ブロッコリーは約50年前から緑区で作られています。メロンより甘いものもあるそうです。

たまねぎは、「おかえりやさい」です！

