



食育だより 6月号

令和2年6月11日
堺市立日置荘小学校
健康指導委員会

6月15日から給食が始まります。今までも「給食のきまり」はありましたが、新型コロナウイルスに感染しないために、新しい「給食のきまり」が増えます。十分に注意をして、給食を食べるようにしましょう。

新しい給食のきまり！

おうちの人と
いっしょに
よみましょう！



準備

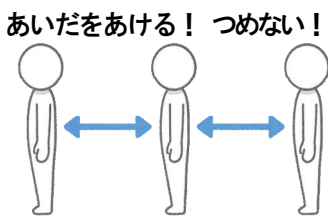
①せっけんで20秒以上、もみ洗いし、しっかりすすぐ。



②エプロン・ぼうしをつける。マスクはそのまま使う。

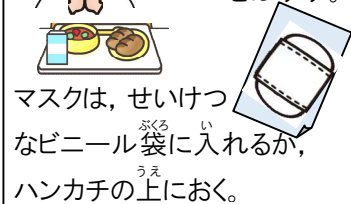


③給食のときも常にソーシャルディスタンスを守ってならぶ。

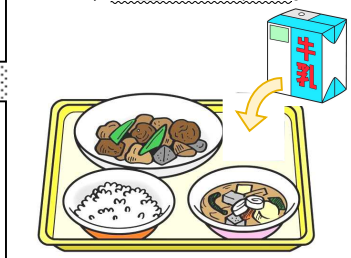


食べるとき

⑥マスクをしたまま「いただきます」を言ってからマスクをはずす。



⑤牛乳は、給食が配られてから、お盆の上に配る。



④自分の給食は、自分で取りに行く。



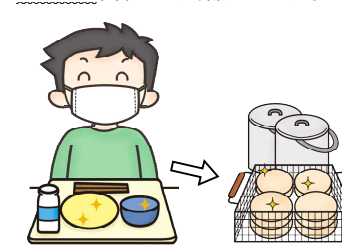
⑦マスクをはずしてから、おかずを増やしたり、へらしたりしない。



⑧前を向いて、おしゃべりをせずに食べる。



⑨食べ終わったら、マスクをして自分の食器を返す。



マスク用の袋



きれいな袋の中に
マスクを入れましょう！

ねが
お願い マスクを入れるきれいな
ビニール袋などを毎日持たせて
ください。

マスクは、登校時につけているものを使用しますが、給食用の予備として給食袋にもマスクを入れておいてください。

せいけつに！

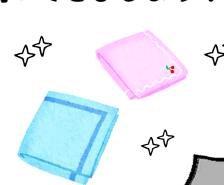


①エプロン・帽子・マスクは、床に落とさないように気をつけましょう！



②爪は切っておきましょう！

③毎日、ハンカチをもたせてきましょう！



毎年6月は「食育月間」です
毎月19日は「食育の日」です

6月は食育月間です。食育とは、いろいろな経験を通して、食べ物の正しい知識と、食べ物を選ぶ力を身につけ、健康で豊かな食生活ができる人に育てようとするものです。この機会に生活リズムをととのえ、自分の食生活について考えてみましょう。

6月の給食メニュー（1週目はおかずが1つです）

月	火	水	木	金
15 こくとうパン ぎゅうにゅう ぶたにくのしょうがやき	16 こくとうパン ぎゅうにゅう ジャージャーいため	17 こくとうパン ぎゅうにゅう クリームシチュー	18 ごはん ぎゅうにゅう みそしる	19 ミニミルクパン ぎゅうにゅう ペペロンチーノ
22 ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる ぶたにくのみそやきのりのつくだに	23 ごはん ぎゅうにゅう ハヤシライス ホットサラダ	24 こくとうパン ぎゅうにゅう おきなわふうそば ゴーヤチップス	25 ごはん ぎゅうにゅう おでん いそのサラダ ふりかけ	26 コッパパン ぎゅうにゅう ポトフ いわしのこうそうチーズやき ブルーベリージャム
29 ごはん ぎゅうにゅう すましじる わふうハンバーグ	30 ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくとやさいのしょうがにやきとうもろこし	食品群 熱や力のもとになる 体をつくる 体の調子をととのえる		