

# 6月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です！

埼玉県や蕨市でとれる食材や郷土料理などを通じて、ふるさとへの愛着<sup>あいちゃく</sup>を深めようという目的があります。6月の給食は、埼玉県の郷土料理や、埼玉県産の食材をたくさん使用しています。



## 6月の給食は、埼玉県の郷土料理や、埼玉県産の食材をたくさん使用しています。

1日(木)【白身魚の木の芽香る味噌だれ】蕨市の農家さんが生産した木の芽を使った味噌だれです。

12日(月)【鑄物汁】川口市の郷土料理です。



20日(火)【ゼリーフライ】おからを使用したフライで、行田市の郷土料理です。

名前の由来はいくつかありますが、銭形<sup>ぜにがた</sup>に形をととのえて作ったことからなどと言われています。

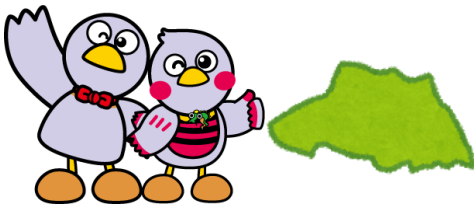
21日(水)【のらぼう菜の春巻き】埼玉県の比企郡<sup>ひきぐん</sup>（嵐山町<sup>らんざんまち</sup>、小川町などの地域）の伝統野菜です。

アブラナ科野菜の一種で、あまみが強く、おいしい野菜です。



28日(水)【しゃくし菜チャーハン】秩父市名産の「しゃくし菜」の漬け物を使用しています。

のらぼう菜



埼玉県の郷土料理や、生産している食材についていろいろ調べてみてくださいね！



## 注意

夏場に起きやすい、  
食中毒に注意！

食中毒  
予防の  
キ  
ホ  
ン



はじめめとして、気温が高いこの時期は、食中毒が起こりやすいです。予防のためには、手をよくあらい、食材にしっかりと火を通して調理するようにしましょう。

## かむことの効果



- ①消化をたすける。
  - ②頭のはたらきをよくする。
  - ③むし歯をふせぐ。
  - ④太りすぎをふせぐ。
- 6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です。  
「よくかむ」ことで、歯と口の健康だけでなく、左のように良いことがたくさんあります。「かみかみメニュー」として、5日に『いかの竜田揚げ』6日に『くきわかめのサラダ』7日に『ごぼうサラダ』が登場します。  
よくかむことを意識して、食べましょう。

