

# 6月は「彩の国ふるさと学校給食月間」です！

埼玉県や<sup>わらび</sup>蕨市でとれる食材や<sup>きょうどりょうり</sup>郷土料理などを通じて、ふるさとへの<sup>あいちやく</sup>愛着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<sup>きょうどりょうり</sup>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、<sup>きょうどりょうり</sup>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。

(B校) 2日 (金)

(A校) 7日 (水)

いものじる

【鑄物汁】川口市の<sup>きょうどりょうり</sup>郷土料理です。



9日 (金) 【さといもコロッケ】埼玉県産のさといもを使ったコロッケです。

(A校) 16日 (金)

(B校) 21日 (水)

【しゃくし菜チャーハン】<sup>ちちぶ</sup>秩父市名産の「しゃくし菜」の

つけものを使用しています。

23日 (金) 【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<sup>みそ</sup>味噌だれです。

26日 (月) 【ゼリーフライ】おからを使用したフライで、行田市の<sup>きょうどりょうり</sup>郷土料理です。

名前の由来はいくつかありますが、<sup>ぜにがた</sup>銭形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。



埼玉県の食材についていろいろ調べてくださいね！



## 注意

夏場に起きやすい、<sup>しよくちゆうどく</sup>食中毒に注意！

食中毒  
予防の

キ  
ホ  
ン



はじめとして、気温が高いこの時期は、食中毒が<sup>よぼう</sup>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『ごぼうサラダ』6日に『くきわかめのサラダ』7日に『<sup>たつたあ</sup>いかの竜田揚げ』が登場します。よくかむことを<sup>いしき</sup>意識して、食べましょう。

