

いただきまーす

NO. 47
平成 28 年 6 月
東郷町給食センター

6月17日

愛知を食べる学校給食の日

愛知県産・東郷町産をたくさん使ったメニューです。

献立

ツイストロール 牛乳
オニオンスープ
しらす入りオムレツのトマトソース
ヨーグルト
東郷町産ローゼルジャム



東郷町の食材

ローゼル

東郷町の特産品であるローゼルをジャムにしました。ビタミンC、カリウムなどを豊富に含んでいます。

たまねぎ

東郷町では様々な野菜が収穫されていますが、たまねぎもその中のひとつです。オニオンスープはじっくりコトコト煮込むので、たまねぎの甘みを味わえます。

愛知県の食材

毎日出る牛乳はもちろん、ツイストロールの小麦や、オムレツの卵・しらすも愛知県でとれたものです。

6月は食育月間

6月は「食育月間」です。食べることは、生きるために欠くことのできないものです。そして健康で心豊かな生活を送るうえでも大切です。とくに子どもの時期の食生活は生涯を通しての健康づくりの礎となります。さらに伝統文化の継承や、豊かな感性、いきいきとした好奇心を育み、学習意欲の向上や人格形成に大きな影響を及ぼします。この機会にご家庭での「食育」についても考えてみましょう。

食卓は食育の宝庫です!

はしの持ち方、正しい配膳やマナー、食材や調理への関心、食べ物を大切にすること、そして何よりも親しい人たちと楽しく食卓を囲む体験など、家庭の食卓は食育の宝庫です。「たかが食事」とは考えず、なるべく時間を合わせ、家族そろって食卓を囲む機会をたくさんつくっていきましょう。

家庭で取り組める食育

親子でクッキング!



料理を通じたコミュニケーションを楽しみましょう。「各家庭の味」をぜひ子どもたちに伝えてください。

親子で買い物!



旬や、食べ物の値段から社会や経済のことまで。買い物は、子どもたちにとって貴重な学びの場になります。

会話がはずむ食卓!



学校のことなどを話すことで表現力が磨かれます。子どもの様子の変化にいち早く気づくことができます。

食後のお手伝い!



家族の一員としての自覚をもたせ、役割をきちんと与えることで社会性や自立心を育みます。

野菜の栽培・収穫!



見慣れた食品にも生物としての命があることが実感できます。食べ物を慈しみ、大切にすることが育まれます。

できるところから始めてみませんか

