



# 上福島小学校 食育通信

令和5年度6月食育週間【6/19(月)～6/23(金)】

## 一口メモ

○今週は、6月の食育週間です。食育通信をタブレットで見ることができるようになっています。毎日のキーワードからできる言葉をあててみてくださいね。

# キーワード



○上福島小学校では、学期ごとに「歯と口の健康強調週間」も行っています。給食の1品をかむかむメニューに決めて、



一口30回かみます。給食の前の手洗いと給食後のぶくぶく

うがいも行いました。最後にふり

返しを書きました。「いり黒豆は

苦手だったけど30回かむとや



わらかくおいしかったです」「かめばかむほどおい

しかったです」「手洗いうがいをしたらスッキリした」「意識しないと30回かめないの

意識しなくても30回かめるようになりたい」「30回かむと味がたくさん出ていつも

よりおいしく感じた」等しっかり書いていました。1年生は歯と口の健康強調週間

が終わった次の週も今日のかむかむメニューを決めて自主的にかんでいる子も

いました。

○今日の給食は、ごはん、牛乳、ぶた肉のあまから焼き、ごもくじる

五目汁、のりのつくだ煮です。給食では、のりのつくだ煮

を手作りをしています。あまからく味

つけただしに、細かく切ったしいたけときざみのりを加えて

十分に煮つめました。

【クイズ】今日の主食は、ごはんです。給食室では、

何キログラムの米をたいてるでしょうか。

- ① 14キログラム
- ② 20キログラム
- ③ 28キログラム



答えは、明日の通信でお知らせします。

昨日のクイズの答えです。③かぼちゃです。かぼちゃは、英語で Pumpukin (パンプキン) といいます。

