

6月 きゅうしょくだより



大野城市立大利小学校
大野城市小学校
栄養士研究会
令和8年6月



6月は「食育月間」です。給食を生きた教材として、バランスのよい食べ方や季節の食材など、子供達が学べる機会としています。ご家庭でも、食事の大切さについて話し合う機会にしてみたいはいかがでしょうか。



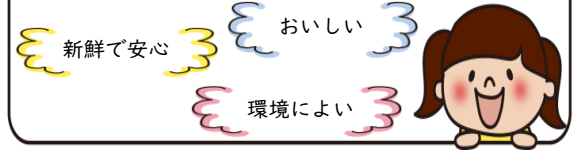
福岡県産品ウィークを実施します！



大野城市では、毎月「県産品の日」というテーマ献立を実施しています。6月は8日からの1週間を「福岡県産品ウィーク」として、毎日福岡県産の食品を紹介します。

地場産物を食べて！地産地消！

地域で生産された食材をその地域で消費することを「地産地消」といいます。生産者の顔が見えるので安心して購入することができます。また、遠くから輸送しないので、新鮮な状態で手に入り、環境への負担も減らせます。



8日【米】
給食のお米は、「夢つくし」を使っています。

9日【のり】
有明海で獲れたのりで作られた味付のりです。

10日
【えのき・しめじ】
福岡県大木町で作られた福岡県のブランド野菜「博多えのき」と「博多ぶなしめじ」が出ます。

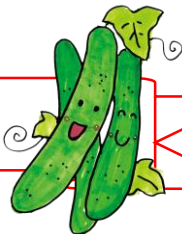
11日【小麦】
福岡県産小麦「ミナミノカオリ」で作られたパンです。

12日【牛乳】
毎日の牛乳は、福岡県内の牧場で搾乳された牛乳です。



レッツ・クッキング♪

中華サラダ



【作りやすい分量】

- ◆きゅうり：1本
- ◆乾燥わかめ：大さじ1
- ◆えのきたけ：1/3f袋
- ◆酢：大さじ1
- ◆ごま油：大さじ1
- ◆うすくちしょうゆ：小さじ2
- ◆砂糖：少々

【作りかた】

- ①きゅうりは薄切りにして、塩もみする。しんなりしたら、しぼっておく。
- ②えのきたけは、石づきを落として2cmくらいに切る。さっとゆでて、水をきる。
- ③わかめは水戻しして水をきる。
- ④酢、ごま油、うすくちしょうゆ、砂糖を混ぜる。
- ⑤きゅうり、えのきたけ、わかめを④であえる。



ごま、コーン、ゆでた春雨も合います

みんなでチャレンジ！クイズコーナー

ヒントは福岡県産品

今月は、たべものなぞなぞです

1 「き」という文字のうしろに、大工さんが使うある道具をくっつけるとできる食べ物はななに？

2 冷たくされるとカチカチになるのに、温かくされるとふっくらやわらかくなる食べ物はななに？

3 自分の体をすりつぶして「白い粉」に変身し、さらにパンやうどんになってみんなを笑顔にする植物はななに？

なぞなぞの答 1：きのこ 2：ごはん 3：小麦