

# 食育だより



2021年(令和3年)  
7月号

(毎月19日は食育の日)

福山市立瀬戸小学校

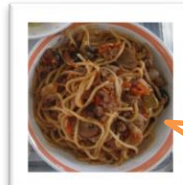
暑さが日に日に増し、夏らしい気候となりました。こまめな水分補給を心がけて、熱中症を予防しましょう。夏本番になるにつれて、夏野菜も旬を迎えています。給食でも、夏野菜をたくさん取り入れていますよ。

すいか



夏野菜カレーライス

かぼちゃ なす  
トマト オクラ



サマーミートスパゲティ

なす トマト スッキーニ

## ふくやまししせいせこうきねんびこんだて 福山市市政施行記念日献立

105歳の  
誕生日!

7月1日は、福山市の市政施行記念日です。地場産物(福山市や広島県で作られた食べ物)をたくさん使った、「地産地消(地域の食べものを地域で食べること)献立」を、福山市内の小中学校で一斉に食べて、お祝いしました。



- ・ごはん
- ・牛乳
- ・福山たっぶり焼き肉
- ・しらす和え
- ・お祝いゼリー

広島県産



福山市産



瀬戸町産



### 6月の給食の残食量(喫食率)

主食(ごはんやパン、麺)	47.9kg	(97.4%)
主菜(肉や魚のおかず)	62.5kg	(94.7%)
副菜(野菜のおかず)	47.7kg	(94.8%)
牛乳	170本	(98.4%)

5月と比べて、徐々に減ってきていますが、まだまだ多くの残菜が出ています。必要な栄養素をきちんととれるよう、好ききらいを減らしていけるとよいですね。

## かわ ちょうせん とうもろこしの皮むきに挑戦!

当日の朝早くに収穫された新鮮なとうもろこしを、給食で提供しました。1年生のみなさんに皮むきをしてもらい、全校でおいしくいただきました。

7月13日(火)



生産者  
若井さん



瀬戸グリーンセンター  
伊藤さん

大変なことが  
いっぱい!



バナナの皮をむくように  
一枚ずついねいに...



皮を何枚もむくから  
大変だけど楽しい!



きれいに  
むけたよ!



あま  
甘くて  
おいしい!

とうもろこしはとれたてを  
食べるのが一番おいしいよ!



### こんだてへんこう ~7月の献立変更について~



7月8日(木)の休校に伴い、食品ロスの低減のため、21日(水)に予定していた「さばのカレー煮」を、「あじのピリカラ揚げ」に変更します。副菜、汁物についての変更はありません。よろしくお願いします。