



給食だより

令和4年 7月号(7/13付)
松戸市立和名ヶ谷小学校

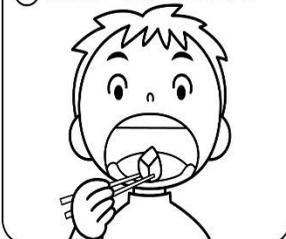
旬の夏野菜が出回る時期になりました。学校でも子どもたちがトマトやししとうなどを大切に育てており、それを収穫して食べる喜びはとても重要な体験です。苦手だった野菜が好きになるといいですね。そしてもうすぐ夏休みです。生活リズムを崩さないように気をつけ、特に朝ごはん抜きはせず、元気に過ごせるようにしましょう。



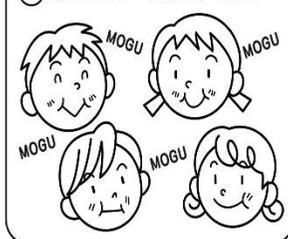
好き嫌いしないので 何でも食べよう!

好き嫌いを克服する5つのポイント

① まずは一口食べてみよう



② みんなで一緒に食べよう



③ 自分で野菜を育てたり料理をつくってみよう



④ 旬のものを食べよう



⑤ お腹をすかせてから食べよう



どうしてきらいなの?

原因を探ろう



味がきらい



においがきらい



食感がきらい



色がきらい

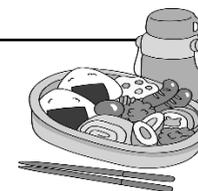


いやな経験がある

味や食感などがきらいな場合は無理に食べなくても、経験をつんだりおとなになると食べられるようになることもあります。また、調理の方法をかえるなどの対処法もあります。いやな体験があって、きれいになった場合は、楽しい体験を通して好きな食べ物にかわる場合もありますので、長い時間をかけて取り組んでみましょう。



9月はお弁当です



お知らせしてありますように、給食室給水管改修工事の為、9月はお弁当持参となります。牛乳を飲用している児童は牛乳を出します。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願い致します。

*弁当保管場所・・・3階 多目的室（遮光カーテン、エアコンあり）

*アレルギーを持つ児童・・・クラスで一緒にせず、自分で多目的室に持って行き、自分で取りに行く。

*忘れた場合・・・保護者に連絡しますので、給食時間までに届けてください。

献立表裏に載せている「食材の産地」ですが、7月分の印刷ができませんでしたので、こちらでお知らせします。

| 予定食材 | 主な産地 | 予定食材 | 主な産地 |
|-------|-------------|---------|----------|
| じゃがいも | 長崎県、茨城県 | パセリ | 長野県 |
| にんじん | 千葉県、青森県、徳島県 | ピーマン | 茨城県 |
| しょうが | 熊本県、高知県 | | |
| 小松菜 | 千葉県、埼玉県 | パインアップル | フィリピン |
| きゅうり | 茨城県、群馬県 | オレンジ | アメリカ |
| キャベツ | 千葉県、茨城県 | すいか | 新潟県 |
| ながねぎ | 茨城県 | キウイ | ニュージーランド |
| たまねぎ | 香川県、和歌山県 | バナナ | フィリピン |
| なす | 千葉県 | | |
| セロリ | 茨城県、長野県 | さば | ノルウェー |
| にら | 茨城県 | いわし | 千葉県 |
| ほうれん草 | 栃木県、群馬県 | さけ | 北海道 |
| もやし | 栃木県 | | |
| にんにく | 青森県 | 豚肉 | 茨城 |
| だいこん | 千葉県、茨城県、青森県 | 鶏肉 | 宮崎 |

