令和５年度

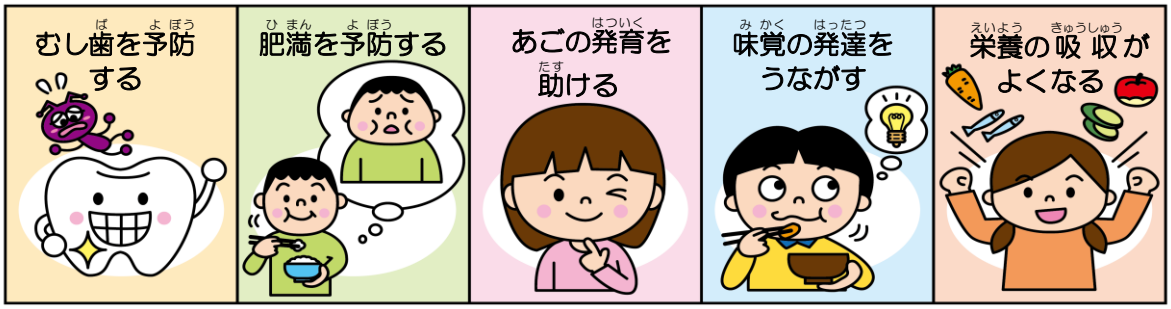
6月食育だより

愛知県立三好特別支援学校

【今月の目標】　よくかんで食べよう

６月４日からの１週間は、「歯と口の健康週間」です。食事をおいしく食べて、健康な体をつくるには、歯と口が健康でなくてはなりません。丈夫で健康な歯と口を保つために、日頃からよくかんで食べる習慣をつけましょう。

よくかんで食べることは、健康づくりの第一歩です！



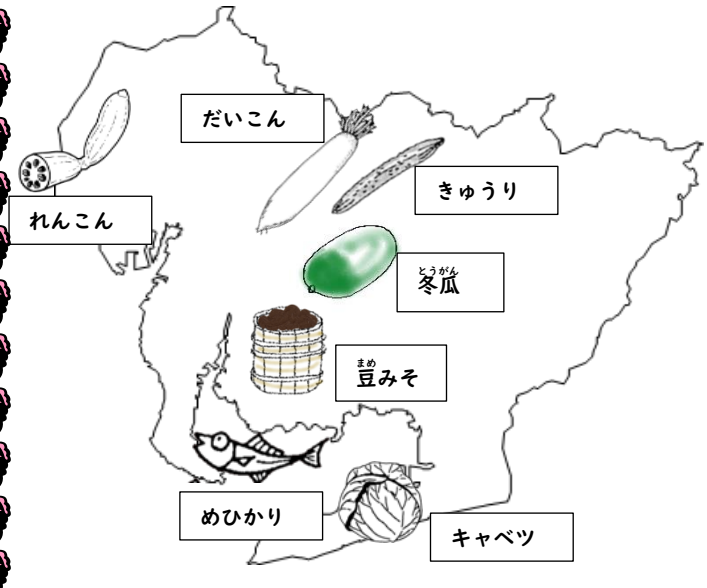
６月の献立表には、カルシウムがたくさん含まれている食材やかみごたえのある食材を使った献立に　のマークがついています。しっかりかんで食べましょう。

愛知を食べる学校給食の日

６月２１日（水）

ごはん、牛乳、めひかりフライ、シャキシャキ梅昆布和え
冬瓜と豚肉の味噌煮

愛知県では、６月１９日の「食育の日」を中心に、地場産物を活用する『愛知を食べる学校給食の日』が県内で一斉に行われます。本校では、今年度は６月２１日に「愛知を食べる学校給食の日」として、愛知県の地場産物を活用した献立を実施します。愛知の恵みを味わっていただきましょう。



【給食の野菜の話】

給食で使用している野菜は、八百屋さんに、みよし市や豊田市など地元の野菜を中心に納品してもらっています。一年中みよし市の切干大根を使用できるように仕入れてくれたり、豊田市の猿投農林高校が栽培したトマトが市場に出ると仕入れてくれたりしています。スーパーで売っているような、大きさのそろった野菜ではないこともありますが、これからも八百屋さんと協力して、できるだけ地元のおいしい野菜を皆さんに食べてもらいたいと思っています。