



品川区立御殿山小学校
校長 勝進 亮次
栄養教諭 藤本 和美
栄養士 小平 真由



今月の献立表は「6月1日～12日」「6月15日～30日」の2回にわけて発行します。



6月19日（金）から6年生が一斉登校、6月29日（月）から全学年で一斉登校となります。それに伴い、下記の内容に献立を入替・変更します。献立サイクルについては、6月26日（金）までは同じ献立を2日連続で実施、6月29日から1日単位での献立を実施します。

Table with columns: 日 (Date), 曜日 (Day), 献立 (Menu) - 主食 (Main Dish), 主菜 (Main Course), 副菜・汁物 (Side Dish/Soup), 牛乳 (Milk), 熱やかのもとになる食品 (Yellow food), 体をつくるもとになる食品 (Red food), 体の調子を整える食品 (Green food), E [P]. Rows include dates from 6/15 to 6/30 with specific menu items like 'ハヤシライス風ドリア', 'ソース焼きそば', '和風スパゲティ', etc.

○6月19日以降の学校給食について○

6月1日からの学校再開に併せて学校給食も再開しています。引き続き、新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえて、児童による給食当番の対面での配膳を避け、一人一人が自分の給食をトレーに取り置いていく方法で配膳を行います。

【献立について】

- (1) 内容: 円滑に配膳できるよう、「主食と主菜を兼ねた1品、副菜またはデザート1品、牛乳」で構成します。
(2) 提供方法: 感染症の影響を踏まえ、給食室内でラップ、アルミホイル、透明カップ（蓋つき）、透明パック（弁当箱）等の包装材料を用いて、包んだり、蓋をして配食します。
(3) 献立サイクル（6月1日～26日まで）: 1学級を2グループに分けて分散登校するため、2週間で1周りするよう、同じ献立を2日連続で実施します。
(4) 牛乳パックのリサイクル: 今年度より、「洗って乾かし、古紙回収」の予定でしたが、感染症の影響を踏まえて、当面の間、従来と同じ状態（すすがずに上だけ開いて）回収し、給食室内で洗浄します。

6月は「食育月間」です～家族そろって食事をしましょう

心身ともに健康に過ごすためには、「おいしく楽しく食べる」ことがとても大切です。現代は、ライフスタイルの多様化により、家族そろって食事をする「共食」の機会が減っているといわれますが、さまざまな研究データから、共食が健康な食生活に関係していることがわかってきました。子どもの頃から、「おいしく楽しく食べる」経験を積み重ねることは、豊かな人間性を育てていくことにつながります。

食育とは（食育基本法より）
生きる上での基本であって、知育・徳育・体育の基礎となるものであり、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること。

家庭では、こんな食育を！

Four boxes with tips: 1. 一緒に食事の支度をする (Share meal prep). 2. 共食の回数を増やす (Increase shared meals). 3. 朝食ごはんを必ず食べる (Eat breakfast). 4. 行事食や郷土料理を取り入れる (Include festival/region food).

