

給食だより7月号



～今月の給食目標～ 暑さに負けない体をつくろう

梅雨が明ければ、いよいよ夏本番です。待ちに待った夏休みももうすぐ始まります。規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけ、暑い夏を元気に乗り切りましょう！

✿給食費の口座振替日について

7月分の給食費引き落とし日は、7月31日（水）です。残高不足にならないよう、指定の口座にご入金ください。よろしくお願いいたします。



✿給食試食会について

10月11日（金）に給食試食会を行います。詳細につきましては、改めてお知らせいたします。

✿まち☆ベジ給食

「まち☆ベジ」とは、町田市内在住又は町田市内に農業経営の拠点がある農業者が生産履歴を記録・管理し、生産した農産物のことです。7月17日に、町田市三輪町の畑でとれた、にんにくとじゃがいも、トマト、なす、ピーマン、ツタンカーメン豆入りのカレーを作ります。地元でとれた食材をおいしくいただきます！



✿熱中症にご注意ください！

私たちのからだは、気温が高くなると汗をかいたり水分をとったりすることで体温を一定に保とうとします。汗には、水分だけでなく塩分も含まれています。体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能が働かなくなり、体温上昇やめまい、倦怠感、けいれんや意識障害などの症状が出るのが熱中症です。熱中症は、真夏の炎天下だけでなく、曇りの日や夜間、屋内でも起こる可能性があります。脱水症や熱中症の予防には、こまめな水分補給が有効です。のどが渴いたと感じる前に、水分補給をすることが大切です。



✿食材の産地について（6月分）

キャベツ		ごぼう	青森県	はくさい	長野県
にんじん		にんにく		レタス	
にんにく		ねぎ	茨城県	えのきたけ	
トマト		パプリカ		パレンシアオレンジ	和歌山県
青ピーマン		ちりめんじゃこ		たまねぎ	兵庫県
きゅうり		しらす		レモン	広島県
じゃがいも		もやし	栃木県	みしょうかん	愛媛県
だいこん		すいか	群馬県	しょうが	高知県
ズッキーニ		いわし	千葉県	ししゃも	ノルウェー
小松菜		町田市	セロリ	長野県	ほっけ