



もぐもぐだより



令和7年度
6月号



こんげつ

今月のとべっこランチ



6月の「とべっこランチ」は、23日の予定です。お友達や先生と楽しく食べてくださいね。

ジビエ肉



当別町内にあるジビエ工房の鹿肉です。丁寧に処理されているので、臭みが少ないのが特徴です。鹿肉は、脂肪分が少なく、たんぱく質や鉄分が豊富です。

23日の給食メニュー

ジビエ担々麺
当別産アスパラサラダ
フルーツヨーグルト
牛乳

当別産アスパラ



当別産アスパラは、今が旬です。旬とは、食べものが一番おいしくて栄養価も高い季節のことをいいます。アスパラには、アスパラギン酸といわれる疲れをとる効果のある栄養素が豊富に含まれています。

当別の魅力が詰まった給食です！



しょくいくげっかん

食育月間です！



6月は食育月間です。子どもたちにとって健康的な食生活を送ることはとても大切です。体の成長のみならず、心の成長にも大きく影響します。食育月間を機会に普段の食生活も見直してみませんか。いつもよりも、ご家庭や学校でも「食」について考える月にしていきましょう。

知っていますか？

食育ピクトグラム

食育ピクトグラムは、食育の取り組みを子どもから大人まで誰にでもわかりやすく発信するため、表現を単純化したものです。12の項目の中で、できそうなところからはじめてみませんか。

- | | | | | | |
|---|---|--|---|--|---|
| <p>1 みんなで楽しく食べよう</p>  | <p>2 朝ごはんを食べよう</p>  | <p>3 バランスよく食べよう</p>  | <p>4 木すぎないやせすぎない</p>  | <p>5 よくかんで食べよう</p>  | <p>6 手を洗おう</p>  |
| <p>7 災害にそなえよう</p>  | <p>8 食べ残しをなくそう</p>  | <p>9 産地を応援しよう</p>  | <p>10 食・農の体験をしよう</p>  | <p>11 和食文化を伝えよう</p>  | <p>12 食育を推進しよう</p>  |

※『早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち』習慣で毎日を元気に過ごしましょう！！