

おうちでチャレンジしてみよう!



HPはこちら

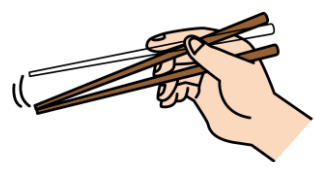
いよいよ夏本番を迎えようとしています。夏休みはおうちでの食事の機会が増えますね。そこで、おはしの使い方を今一度見直してみませんか? 簡単なことからチャレンジして、おうちの人にてもらいましょう。チャレンジできたら に色をぬりましょう。

かんたん

少しむずかしい

むずかしい

○おはし・スプーン・フォーク、正しく持てるかな?



おはしを正しく持つことができる

下のはしを動かさずに、上のはしだけ動かすことができる

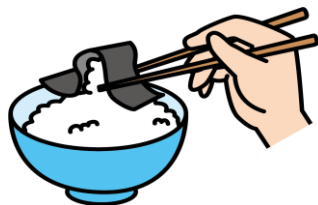
スプーンやフォークのえの真ん中を持つことができる

○おはしの使い方はマスターしているかな?

なつとうなどをまぜることができる

めんなどをすくうことができる

ゆでたやさいをきるることができる



のりなどでくるむことができる

魚の身をほくすことができる

○よい食べ方ができているかな?

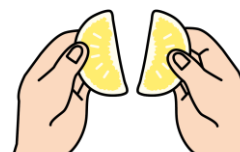
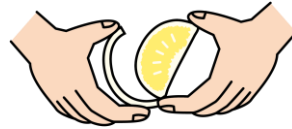


おわんを正しく持つことができる

しせいを正しく食べることができる

ごはんとおかず、しるものを、こうごに食べることができる

○夏みかんなどをうまく食べることはできるかな?



かたい皮をむくことができる

ふさをわけることができる

うすい皮をむくことができる

○給食当番のお仕事の練習を、おうちでもできるかな?



しるものをよそうことができる

しゃもじでごはんをよそうことができる



よこれたぞうきんをきれいにあらうことができる

ぞうきんをしぼることができる

テーブルをきれいにふくことができる

令和6年7月学校給食用予定食材の産地のお知らせ

日の出町では、給食食材納入業者の方々と連携しながら、産地や加工地を確認して、より安全性の高い食材を選定しています。
現在、国が定めた放射性物質の「規制値」を超えるものは、出荷制限などの措置がとられ、市場には流通されない取り組みがなされています。

なお、日の出町の学校給食で使用する主な食材の産地につきましては次のとおりです。生鮮食品は当日に産地が変更することもあります。

○主食

米	秋田県(令和5年度産)		麦	佐賀県産	
パン(小麦粉)	アメリカ	カナダ	ソフトめん	アメリカ	オーストラリア
マカロニ	アメリカ	カナダ	スパゲティ	アメリカ	カナダ
そうめん	長崎県	カナダ	はるさめ	タイ	
ビーフン	タイ		チョコクリーム	アメリカ他	
いちごジャム	栃木県		ワンタンの皮	アメリカ	カナダ
七タゼリー	国産				

○牛乳類

牛乳	栃木県	生クリーム	北海道	チーズ	オランダ他
豆乳	国産	ヨーグルト	国産	バター	北海道
アイスクリーム	北海道他				

○肉類

豚肉	千葉県	鶏肉	宮崎県	ベーコン	茨城県
	茨城県		青森県	ハム	茨城県
	岩手県			ウインナー	茨城県

○魚介類

さば	ノルウェー	いか	ペルー	かまぼこ	アメリカ他
ししゃも	ノルウェー	かつお節	鹿児島県	小エビ	国産
ちくわ	国産				

○卵類

鶏卵	栃木県	液卵	栃木県	錦糸卵	国産
----	-----	----	-----	-----	----

○野菜類

じゃが芋	茨城県他	いんげん	北海道	絹さや	愛知県
玉ねぎ	愛知県他	きゅうり	宮城県他	セロリ	長野県
にんじん	茨城県他	小松菜	茨城県	かぼちゃ	茨城県他
キャベツ	日の出町	青ピーマン	茨城県	大豆たんぱく	北海道
しょうが	高知県	なす	埼玉県他	ごま	エチオピア他
にんにく	青森県他	大根	日の出町	レンズ豆	カナダ
長ねぎ	茨城県他	とうがん	愛知県他	ひよこ豆	アメリカ他
もやし	栃木県	糸みつば	千葉県他	とうふ	国産
ごぼう	青森県	ズッキーニ	群馬県他	こんにゃく	群馬県他
トマト	日の出町	とうもろこし	日の出町	あぶらあげ	岩手県
オクラ	鹿児島県他	チンゲン菜	茨城県他	生揚げ	宮城県
にがうり	群馬県他	れんこん	茨城県他	大豆	北海道
にら	茨城県他	金時豆	北海道		

○海藻類

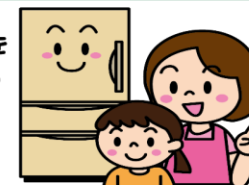
わかめ	徳島県他	焼きのり	瀬戸内	昆布	北海道
茎わかめ	岩手県				

○きのこ類

しめじ	長野県	えのきたけ	長野県	きくらげ	静岡県
しいたけ	長野県他	マッシュルーム	千葉県		

エコを意識して上手に使いよう！ 冷蔵庫クイズ

地球に優しいエコを意識して、冷蔵庫の使い方を考えるクイズです。

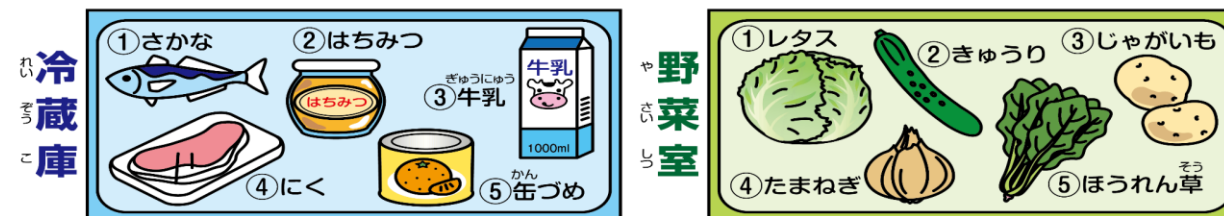


Q1 なるべく電気を消費しない冷蔵庫の使い方として、正しいものに○をつけましょう。(いくつでも)



- ① とびらの開け閉めはすばやく行う。 ② 食品はなるべくすき間なくつめる。 ③ 温かいものは冷ましてから冷蔵庫へ入れる。 ④ 食品はとりあえず全部入れておく。 ⑤ 冷蔵庫内の温度は強めに設定する。

Q2 冷蔵庫と野菜室に入っている食品の中で、外に出して保存した方がよいものそれぞれ2つずつあります。○で囲みましょう。



Q3 野菜室の野菜を長持ちさせる方法を考えて、線をつないでみよう!



こたえ Q1= ①③ (②...物をつめ込みすぎないようにする / ④...冷蔵しなくてもよい食品がある / ⑤...適切な温度を設定する) Q2= 冷蔵庫②⑤ (はちみつは寒さで結晶化する / 缶づめは常温で保存できる) ・野菜室③④ (いも類やたまねぎ、かぼちゃなどは、日の当たらない涼しい所に置くとよい) Q3= ①キャベツ — 新聞紙などの紙 — まるごとくるむ ②ゴーヤ — スプーン — タネやワタを取る (ワタに水分が多く、傷みやすいので取り除き、切り口をラップで包んで保存するとよい) ③小松菜 — 牛乳パック — 立てて入れる (葉物類は、傷んだ葉を取り除いて立てて保存するとよい)

