

# 7月給食だより

令和4年7月号 群馬県立渡良瀬特別支援学校 給食室

## 夏の食生活について

日ごとに増していく蒸し暑さに、本格的な夏の訪れを感じます。マスク生活にも慣れたとはいえ、やはり暑い日はつらいですね。周りの人と距離が取れるときはマスクを外す、こまめに水分をとるなど、無理をしないようにしましょう。

さて、もうすぐ待ちに待った夏休みです。休みが続くと、ダラダラと夜ふかしをしてしまったり、寝坊して朝ごはんを食べられなかったり、生活リズムが崩れやすくなります。学校があるときと同じように、早寝・早起きを心がけて、朝・昼・夕の3回の食事をしっかりとることが大切です。



## 給食の紹介

### 七夕メニューについて

7/7は七夕です。七夕というと、年に1回だけおり姫とひこぼしが天の川をはさんで会うというお話が思い浮かぶと思います。給食でも七夕メニューを提供しようと思うので、雰囲気を楽しみながら食べてください。



## 沖縄県の料理について

沖縄県は、1年を通して温かく、「独自の歴史と文化」を持つ日本で最も南にある島です。

「チャンプルー」は沖縄県を代表する家庭料理の1つで、いろいろな食材を混ぜるという意味があります。

豆腐とゴーヤを炒めたものが「ゴーヤチャンプルー」です。また、もずくについては沖縄県の生産量は日本一で、

日本で食べられているもずくのほとんどが沖縄県産です。給食のもずくスープも沖縄県産です。

沖縄県に関わりのある料理を味わってみてください。

### 6/7は長崎県の料理でした



### 6/27はカムカムメニューでした



6/9は高等部の農耕園芸班の生徒が育てた玉ねぎを使用したカレーを提供しました。

↓納品の様子 ↓玉ねぎを洗う様子 ↓調理の様子 ↓盛りつけの様子 ↓食べる様子

