

給食たより

令和4年7月1日

文京区立昭和小学校

7月号

7月の目標

好き嫌いをしないで食べましょう。

夏休みの食生活

気をつけたい
ポイント

な

んでも食べて
丈夫な体
をつくらう



つ

め(冷)たいもの
のとり過ぎに
気をつけよう



や

さい(野菜)
をしっかりと
食べよう



す

いぶん(水分)
補給を
こまめに
しよう



み

んなで食事をする
機会をつくらう



七夕には、夜空に浮かぶ天の川
や織姫の紡ぐ糸に見立てて「そう
めん」が食べられています。暑くて
食欲がわかないときでも、ツルツル
と喉を通りやすく、この季節にぴっ
たりの食べ物ですね。

日本には、全国各地にご当地そ
うめんがあります。それぞれ味わ
いが異なりますので、機会があれ
ば、ぜひ食べ比べてみてください。

伝統的な製法で作られる

手延そうめん

- 三輪そうめん (奈良県)
- 播州そうめん (兵庫県)
- 半田そうめん (徳島県)



- 小豆島そうめん (香川県)
- 島原そうめん (長崎県)