

しょくいくだより

令和8年9月
京田辺市学校給食委員会

がつついたち ぼうさい ひ じしん たいふう そな うち なか しら
9月1日は「防災の日」。地震や台風に備えて、お家の中を調べてみよう！



うち たから
～お家の3つのお宝をさがそう～

① みず 水  ひとり 1人1日3リットル×3日分 の 飲んだり、料理に使ったりするよ。 いのち まも 命を守るいちばんの宝だよ！	② た 食べもの  3日分が目安 レトルト・缶づめ・ お菓子 あたためなくても食べられるものを！	③ た その他  ●ポリ袋、ラップ、 アルミホイル、ウェットティッシュ、 使い捨て容器など ●カセットコンロ、 ボンベ
---	---	--

だいさくせん
～グルグル大作戦(ローリングストック)でいつも新しく～

3つのお宝のうち「②の食べもの」は
置いてある古いものから食べて、食べ
た分をまた買って置く、グルグル大作戦
(ローリングストック)がいいよ。そうすれ
ば、いつも新しいままだよ。



しょくいく
食育×クイズ

レッツ！ しょくいくクイズ

うちに食べものを「備える(置いておく)」とき、いちばん大切なルールはどれ？

- ① 全部クローゼットや棚の奥にしまう
- ② 古いものから食べて、また買い足す
- ③ 大人になるまで食べない

これがグルグル大作戦だよ！ ②【正解】



きょう たなべし きゅうしよく じもと しゅん やさい
京田辺市の給食では、地元でとれた旬の野菜をつかっています。今月の京田辺市産の
食材は、「米、ぎょくろ、にんにく、かぼちゃ、たまねぎ、なす、じゃがいも、青ねぎ、
きゅうり、ピーマン」です。