

6月給食だより

東京都立七生特別支援学校長
黒澤 一慶

気温と湿度が高くなる日が増え、梅雨入りが間近となりました。
天候が不順で人間の体力が落ちてくる一方で、食中毒の原因になる
細菌にとっては活発に活動する条件がそろってきます。
食中毒の予防を意識しながら換気や手洗いをしっかりと行い、
衛生対策を心がけましょう。

■6月は食育月間です■

生きていくうえで欠かせない「食べること」。

「食育」とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と

「食」を選択する力を身に付け、健康な食生活を実践する力を

育てることです。

食育で育てたい「食べる力」



※参考文献・引用・イラスト：雑誌 【学校給食 2025年5号】

6月の献立から料理を紹介



* あじさいゼリー *

【材料 4人分】

①	赤ぶどうジュース	140g
	水	100g
②	粉寒天	2.4g
	上白糖	大さじ1杯
シロップ	白ぶどうジュース	140g
	水	100g
	粉寒天	2.4g
	上白糖	大さじ1杯
	水	100g
	上白糖	大さじ1と2/3杯
	レモン果汁	小さじ2/3杯
	白ワイン	小さじ1杯

【作り方】

1. 水に粉寒天と砂糖を入れて、煮溶かす。
2. 少し温めておいたぶどうジュースを加えてよくかき混ぜる。
3. 四角いバットに入れて、粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やして固める。
※1～3を①と②の材料で行う
4. シロップの材料を合わせて加熱し、冷やしておく。
5. 3のゼリーが固まったら四角くカットして、お皿かカップに入れる。
6. 5に4のシロップをかけて完成。

6月はあじさいが美しく咲く季節です。

あじさいゼリーは赤と白のぶどうジュースで、あじさいの花びらをイメージしています。レモン果汁を使ったシロップをかけるので、少し暑くなってきたこの季節でもさっぱりと食べることができます。

