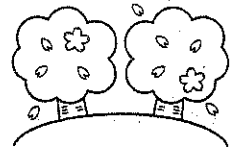


給食 だより

4月



天神小学校
2022年度 4月号

新年度がスタートしました。始業式、入学式も終わり、こどもたちはだんだんと新しいクラスに慣れてきたようです。心も新たに楽しい学校生活を送って欲しいと思います。

給食が始まって1週間が経ちました。4月19日には、1年生の牛乳給食もありました。いよいよ全学年での給食がスタートします。学校給食は、こどもたちの心と体の成長と発達のため、栄養バランスを考えてつくっています。今年度もよろしくお願ひいたします。

ひょうみ こんだて表を見よう！



みなさんに毎月配布している「こんだて表」には、料理名だけでなく色々な情報が書いてあります。栄養価や使用食材、献立についてのひとこと等も記載しています。また、使用食材は、体内での働きによる3つの食品グループに分けて記載してあります。3つのグループには、「ふじさわバランストリオ」のきーくん、あかどん、みどりんも載せています。

「今日の献立は何だろう？」「学校の献立とお家の献立がかぶらないかな？」の確認等に活用ください。お家でもこどもたちと給食の話をしていただけたらうれしいです！

| 日 (曜日) | こんだてめい | 黄のたべもの | 赤のたべもの | 緑のたべもの | えいようか | 給食より 愛をこめて？ |
|-----------|---|------------------------------------|--------------------------------|--|--|------------------------------|
| | | ねつやちからになるもの | ちやきんにくになるもの | からだのようしをととのえるもの | エネルギー RANKING (k) BEE (s) BEE (s) | |
| 8 木 | あげパン ウィンナーとやさいのスープに バナナ ぎゅうにゅう | パン あぶら さとう じゃがいも | ベーコン ウィンナー ぎゅうにゅう | セロリ たまねぎ にんじん コーン キャベツ グリーンピース バナナ | 689 20.9 30.8 2.3 | 今日から給食開始です、今年度もよろしくお願ひいたします。 |
| 9 金 | ぎゅうどん わかめとだいこんのスープ きよみ ぎゅうにゅう | こめ ちぎ あぶら さとう かたくりこ ごま | ぎゅうにく ふたにく わかめ ぎゅうにゅう | たまねぎ しらす えのきだけ にんじん だいこん あおな しょうが きよみ | 598 22.9 16.0 2.3 | 給食は、国産肉のみ使用します。 |

がっこうきゅうしょく 学校給食について



給食は、ただお腹を満たすための時間ではなく、食を通して様々なことを学ぶ大切な時間です。学校給食の目標には、栄養バランスを知ることだけでなく、食を通して感謝の気持ちを育むことやマナーを守ってみんなで楽しく食事をする、食文化を学ぶこと等があります。また、こどもたちはこれから色々な味に出会い、経験することで味覚を広げていく時期でもあります。給食中には、担任や栄養士からこどもたちへ、「ひとくち食べてみようね！」と声かけをすることがあります。ご理解、ご協力をお願いいたします。

しよくいくけいはつさつし 食育啓発冊子

たいせつ 大切です！食生活

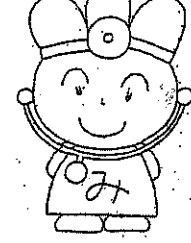
食習慣は、子どものころの習慣がその後大きく影響します。生涯にわたり、健康に生活していくことができるようにするためには、子どもに対して食に関する指導の充実を図り、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけさせることが重要となります。

学校では学校給食を生きた教材として活用し、食に関する指導を行ってきました。

子どもの望ましい食習慣の形成のために、「大切です！食生活」を作成しています。子どもたちを健全な食生活に導くために、ご家庭でも活用していただければ幸いです。



いっしょに大切な食生活について勉強しよう！




きゅうしょく ～給食ができるまで～

天神小学校の給食は、1日に5名の調理員さんと1名の栄養士が力を合わせて作っています。藤沢市の学校給食は、「手作り」が基本。こどもたちになるべくできたての料理を食べてもらえるように心がけて作っています。みなさんが食べている給食がどのように作られているか少しご紹介します。

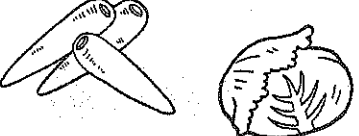
8:30～ 食材が届きます。

当日使用する野菜や肉などが届きます。注文した量がそろっているか、鮮度はよいかを確認します。



8:30～ 野菜を洗って切ります。


野菜をていねいに洗い、食べやすい大きさに切ります。




10:30頃～ 調理を始めます。

揚げ物や焼き物などのおかず・汁物などを作り始めます。

【クイズ】
1つの釜で何人分の汁物を作るでしょうか？
① 約100人分
② 約150人分
③ 約250人分




調理を仕上げる時は、必ず中心の温度をはかって、きちんと加熱されていることを確認します。



11:30頃～ 配缶をします。

出上がった料理をクラスごとの食缶に入れます。全部そろったら、ワゴンにのせて運びます。



※料理により時間は多少前後します。

クイズのこたえ：③

ねんせい きゅうしょく はじ ～1年生の給食が始まりました～

4月20日よりいよいよ1年生の給食が始まりました。前日には、牛乳給食があり、こどもたちも次の日から始まる給食をととても楽しみにしてくれていました。

1年生初めての給食の献立は、うさぎパン、クリームシチュー、フルーツ和え、牛乳でした。給食当番さんは緊張していましたが、とても上手にパンや牛乳を配り、フルーツ和えもきれいに盛り付けられていました。そして、給食を食べる時には、とても静かに食事をする事ができていて素晴らしいかったです。給食後にこどもたちに感想をきくと、「うさぎパンかわかった！」「牛乳パックうまく開けなかった～」「給食つくってくれてありがとう！」「おいしかった！もっと食べたい！」などたくさんの声を聞かせてくれました。これから色々な給食が登場します。こどもたちが「給食の時間が楽しみ！」になるようなおいしい給食が作れるように頑張りたいと思います。



昨日はできなかったけど、今日は牛乳パックがうまく開けられてうれしい！

ぜんぶ食べられた！
クリームシチュー大好き！

うさぎパンを配るのがむずかしかった！
うさぎがでんぐり返りしちゃった！

あたたかくておいしい～！
明日は何が出るか楽しみだな～！

こんねんど きゅうしょく よてい 今年度の給食(予定)

| | | |
|------|-----|---------------------|
| 給食期間 | 1学期 | 4月11日(1年生20日)～7月15日 |
| | 2学期 | 9月5日～12月21日 |
| | 3学期 | 1月12日～3月15日 |