家庭数

しょくいく
食育だより

7月号

令和２年７月２日
横浜市立平沼小学校
校長　長谷川　絹子
栄養教諭　星　智美

７月より通常授業となり、今年度の給食もようやく開始となりました。

新型コロナウイルス感染防止のため、給食時間のルールも昨年度までと同じとはいかない部分も多く、子どもたちも緊張した様子で給食時間を過ごしていました。

熱中症予防の観点からも、水分や食事をしっかりとり、暑い夏を元気に過ごしてほしいと思います。

7月の献立

☆初めて給食を経験する１年生が食べやすく親しみやすい献立を取り入れました。

ツナそぼろ・肉じゃが・魚フライ・ペンネミートソース

☆新型コロナウイルス感染防止の観点から、おかずは２品献立となっています。

☆７月の献立は、当初実施予定だった４月の献立をベースにし、３月から５月の献立に使用予定であった冷凍食品や牛肉、めん等を使用しています。

☆今月の献立変更はありません。すべて基準献立で実施します。

☆今月のはま菜ちゃん（市内産の野菜）

今月はお休みです。

７月の給食目標

給食の決まり(時間・準備・後片付け)を守ろう

1年生　初めての給食に向けて

給食開始の前日に、１年生と給食について学習をしました。

栄養士や調理員さんの仕事を伝えたり、給食にはいろいろな食べ物が使われている理由を伝えたりしました。その後、給食の準備・片付けの練習をしました。

食育キャラクター「バランスイーナちゃん」も紹介しました。

お盆を斜めにしないように気を付けて持とう。

給食時間における感染症予防対策

 ★給食前後は石けんで手洗いをします。	 ★自分の給食は自分で取りに行きます。
 ★机はなるべく離し、全員が同じ方向を向き、会話を控えて食べます。	 ★給食室では、はね水などに注意し、洗浄作業を行います。

やってみよう！「えだまめのさやとり」「とうもろこしの皮むき」

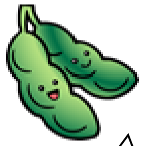
旬の食材に触れる機会として、例年７月に１年生と５組を対象に「えだまめのさやとり」、２年生と５組を対象に「とうもろこしの皮むき」を行っています。

今年度は新型コロナウイルス感染防止の観点などから、例年取り入れている献立が実施できません。今年度は、ご家庭で食育として可能な範囲で取り入れていただければと思います。

☆えだまめのさやとり☆

①えだまめを新聞紙の上などにおく。

②えだからえだまめのさやをとる。



少しチクチクする
から気を付けてね♪

☆とうもろこしの皮むき☆

①外側から皮をむく。

②軸をおる。

詳しくは HP の「食育コーナー」を見てね♪