

# 4月給食たより



令和5年4月13日  
横浜市立本郷小学校  
校長 瀧田健二  
学校栄養職員 宇多 梓

今年度も安全に気を付けながら、児童にとって楽しみで美味しい給食提供を心掛けます。ご理解とご協力をお願い致します。

今日から給食が始まりました。初日の給食は、〈麦ごはん・牛乳・ツナそぼろ・豚汁〉でした。

1年生は初めての給食、どのように感じたのでしょうか。ご家庭で話題にしていただければと思います。3年生と5年生は、学年が上がるとともに給食の量も増えました。どの学年も好き嫌いなく1食分の栄養を摂れるように苦手なものにも挑戦して食べられるようになって欲しいです。

## ☆給食室を紹介します☆

本郷小の給食室には、大きな釜が5基あります。

この5基で約600人分の給食をゆでる、蒸す、炒める、煮る、揚げる等の調理をしています。

本校では給食調理を日本国民食株式会社に業務委託しており、4月現在社員5名、パート8名の調理員が毎日心を込めて給食を作っています。

野菜の切り方やゆで加減、味付けなど、子どもたちが食べやすいように工夫しています。

また、サラダのドレッシング、カレーやシチューのルー、のりのつくだ煮等は、給食室で作っています。とんかつやつみれなども、一つ一つ丁寧に手作りしています。



とんかつの衣をつけている様子



カレールーをつくっている様子

## <4月の献立について>

○春を感じられるように、旬の食材を取り入れました。

(さわら・キャベツ・みつば・晩柑)

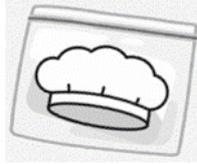
○初めて給食を経験する1年生が食べやすく親しみやすい献立を取り入れました。

(ツナそぼろ・肉じゃが・生揚げのそぼろ煮・魚フライ・ペンネミートソース)



## ○給食時間に必要なものを改めてご確認ください。

- ・給食袋【マスク+口拭きタオル】
- ・帽子ケース【給食帽子】



## ○柑橘類が出ます！！

4/27(木)の給食に、<sup>ばんかん</sup>晩柑が出ます。晩柑は、3月から4月が旬の柑橘類です。包丁で1/6にカットして出すので、厚い皮(外皮)と薄い皮(内皮)を自分で剥いて食べます。5月にも甘夏みかんが出る予定なので、ご家庭でも皮を剥く練習をしていただき、自分で上手に剥けるようになって欲しいです。

①厚い皮と中身を端から親指を入れてはがす

②1房ごとに分けて、薄い皮を広げてむく

③中身を食べる

④厚い皮の上に薄い皮をのせる(まとめて捨てる)

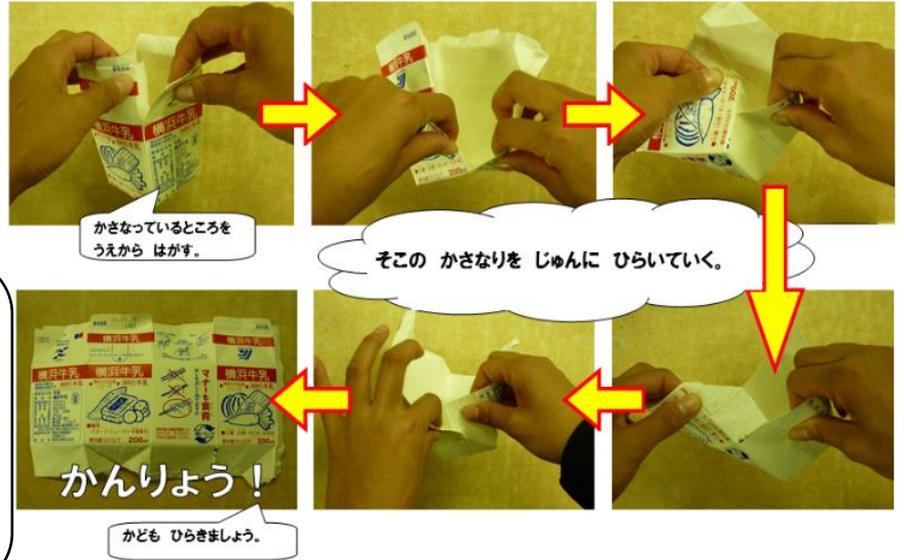


## ○毎日牛乳が出ます！！

給食ではカルシウム摂取のため、毎日200mLの牛乳が出ます。苦手な児童は毎日少しずつ挑戦して克服して欲しいです。

1年生は、自分で牛乳パックを開けるよう家庭用の紙パックでも練習していただければと思います。

### ぎゅうにゅうパックの <sup>ひら</sup> <sup>かた</sup> 開き方



令和5年4月から、ストローレス牛乳パックが導入されました。1・2年生は引き続きストローを使い、3年生以上はストローを使わずに飲みます。

## ○乳糖不耐症への対応について

乳アレルギーとは異なり、牛乳に含まれる乳糖を消化吸収できず、消化器症状が出てしまう場合(乳糖不耐症)は、担任を通して栄養士(宇多)までお知らせください。

『牛乳免除届』に乳糖不耐症との診断書を添付し、学校へご提出いただければ今年度から対応することとなりました。

お知らせのあった家庭にのみ、ご記入いただく牛乳免除届をお渡しします。学校から確認の連絡をすることがあります。