

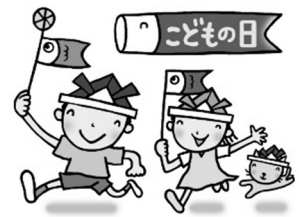


No.2

令和3年4月30日
横浜市立笠間小学校

新緑の緑がまぶしい季節になりました。

子どもたちは、新しい学級での給食の時間に少しずつ慣れてきたようです。1年生も初めての給食当番の仕事や配膳・片付けに戸惑いながらも一生懸命にやっています。



5月の献立について

- こどもの日にちなみ、行事食として五目ずしの具を取り入れました。
- 開港記念日(6月2日)にちなみ、横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。(回鍋肉・アイスクリーム)
- 東京オリンピック・パラリンピックにちなみ、オリンピック発祥の地のギリシャの料理を取り入れました。(レヴィシアスープ)
- 旬の食品を多く取り入れました。
(かつお・わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・糸みつば・メロン)

独自献立(献立変更)などのお知らせ

○5月7日(金)

「基準献立」に「柏餅」を追加します。

こどもの日にちなんだデザートを取り入れます。

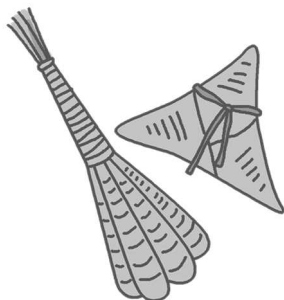
○5月20日(木)

カレービーンズシチューに使用する「マーガリン」を「バター」に変更します。

在庫調整の関係から、「バター」を使用します。

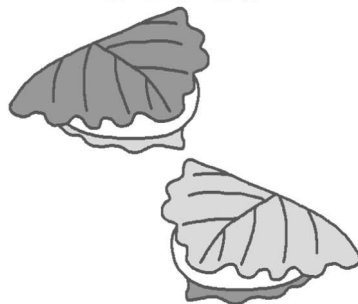
端午の節句と食べ物・行事

ちまき



中国から伝えられた端午の節句のお供えもので、笹でもち米を包んで作ります。形や中身もいろいろです。

かしわもち



新しい葉が出るまで古い葉が落ちないという柏でくるんだ縁起物のもち菓子です。江戸時代に登場しました。

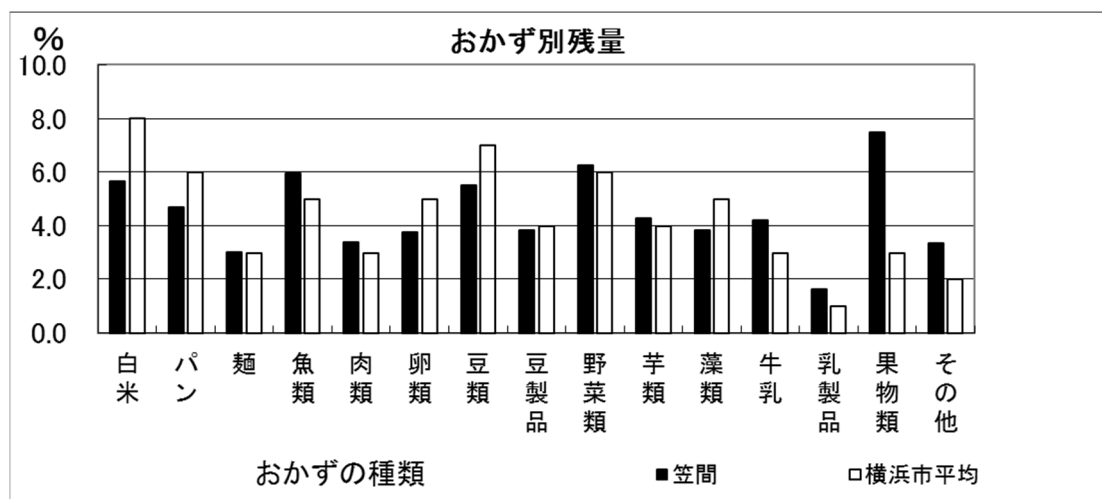
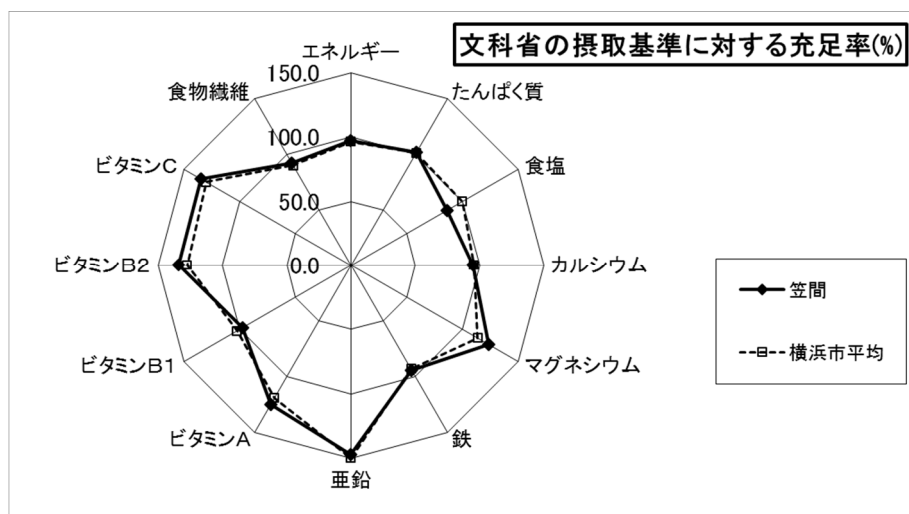
しょうぶ湯



その名が「尚武(武芸にいそしむ)」にも通じる、薬草のショウブの葉をお風呂に入れて健康を願います。

<令和2年度の笠間小学校の給食喫食状況>

令和2年度9月から3月の半年間で、子どもたちがどのくらいの栄養素を給食から充足することができたのかという栄養報告書の結果をお知らせします。



横浜市平均と比較すると、食塩の充足率が少なくなっており、減塩できていることがわかります。また、ビタミンB₁についてはやや不足していますが、マグネシウムとビタミンA、ビタミンB₂、ビタミンCについては横浜市平均をやや上回っており、その他の栄養素は横浜市平均とほぼ同じとなっています。

おかず別に見ると、笠間小学校では主食（白米・パン）の残量が市平均よりも少なくなっています。前年度と比べても白米については3.8%、パンについては1.5%減少していました。ごはんの配食量が多い日に積極的に学級にその旨を伝えたことや食べ方の指導による効果ではないかと考えられます。今年度も「三角食べ」や「おかず一口主食ふた口」などの食べ方の指導を継続していきたいと思えます。

果物類は残量が多くなっていますが、これは令和2年度より個付けのものは食べない子の分を食べたい子に分けるのではなく、苦手なものも少しでも食べることができるよう全員に配食するようにしたことで、残量が増えたと考えられます。旬の果物は子どもたちに食べてもらいたいので、引き続き給食にも出していきますが、果物の魅力を伝えることに加え、食べる時間の確保（果物はデザートとして最後に食べる人が多いので、時間がないと食べきれず残ってしまう傾向にあります。）についても考えていきたいと思えます。

～給食のこだわりを紹介します～

◆ ご飯・・・週 3.5 回



- ・日本人が昔から食べ続けてきた、主食の米を中心とした和食の良さを子どもたちに伝えていくため、ご飯の回数は原則週 3.5 回となっています。白飯以外にも、胚芽ご飯、麦ご飯、酢飯、茶飯、赤飯などがあります。

◆ パン・・・週 1.5 回



- ・食パン、コッペパン、ドッグパン、丸パン、ツイストロールパン、ロールパン、バンズパン、ぶどうパン、黒パン、チーズパン、ソフトフランスパンなどがあります。
- ・あげパンは、給食室でパンを揚げて作ります。

◆ 飲み物

- ・ほとんど毎日牛乳がつかます。(牛乳には成長期の小学生には欠かせない栄養素のひとつのカルシウムが豊富で、吸収率も良いためです。)
- ・献立によっては、発酵乳やお茶が出ることもあります。



◆ おかず

- ・煮物、蒸し物、揚げ物、炒め物、スープ、シチュー、サラダ、和え物など毎日 2～3 種類のおかずを組み合わせた献立にしています。本校にはスチームコンベクションがあるため、焼き物も提供することができます。



◆ 給食で使う油

- ・アレルギーや遺伝子組み換えなどの安全性を考え、米油を使用しています。

◆ だし

- ・和風のだしは、かつお節、昆布、煮干しを使ってとっています。
- ・洋風や中華風のスープは、献立によっては豚骨からだしをとることがあります。(朝から時間をかけてじっくり煮出します。)

★地産地消★

日々の給食物資納入時、地産地消を推進するよう業者に依頼をするなど、地産地消を推進しています。また、年に 1 度、市一斉で市内産野菜を給食に使用しています。本校では地産地消の取り組みとして、栄区田谷町にある矢島農園さんの野菜を給食に使用しています。

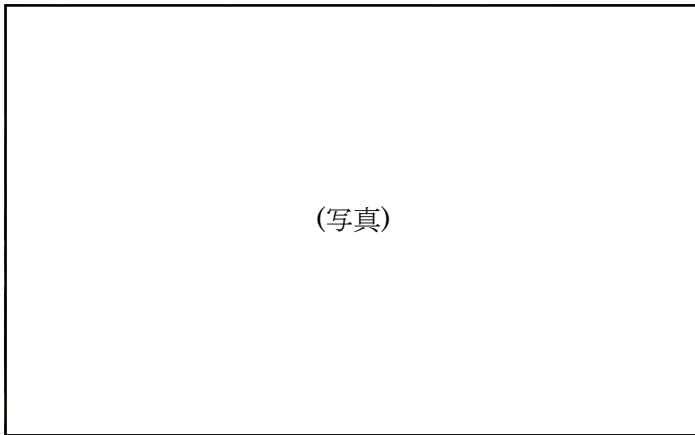




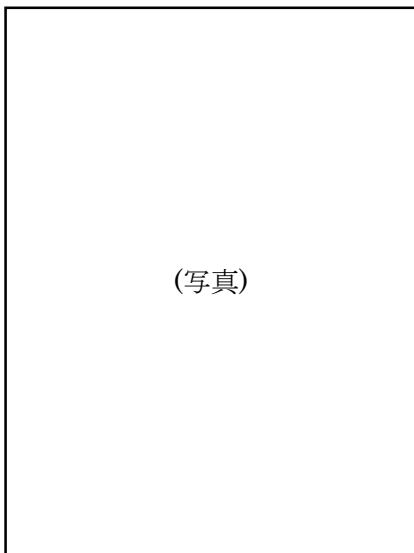
給食時間の様子など



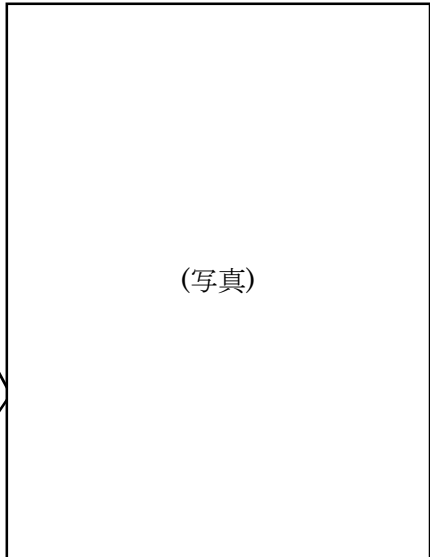
1年生



1年生は初めての学校給食。
給食時間はただのお昼ご飯の時間ではなく授業の時間でもあること、給食時間の教科書は毎日目の前に出てくる食事そのものであることを伝えました。また、この教科書にはいろんな内容が詰まっていることを伝え、そのうちのひとつである「すききらいをしないでなんでもたべよう」ということを、紙芝居を使いながらお話ししました。

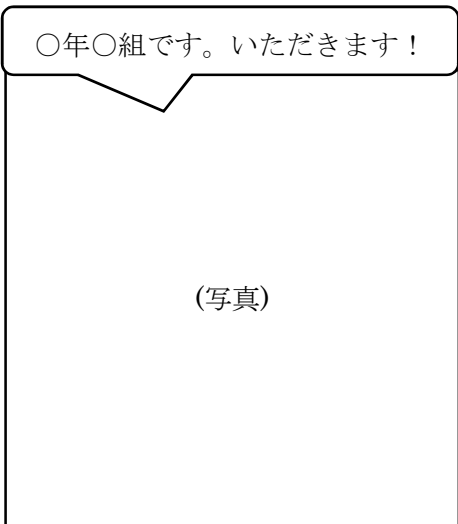


給食当番は、白衣を着て2列で廊下に並んだら、調理員さんにしっかり「いただきます」のごあいさつをして、食缶を受け取ります。

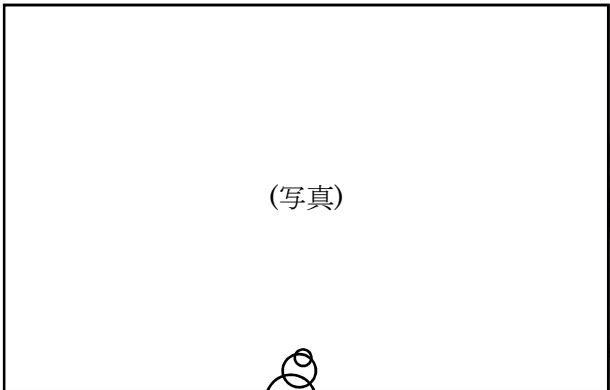


自分の給食は自分で配膳台のところまで取りに行きます。食器ののったトレーのバランスを取るのが難しい様子でした。

上級生



3年生以上は給食室前であいさつをして食缶などを受け取ります。



1・2年生は教室前までワゴンで運搬してもらえますが、上級生は給食室に給食を取りに行きます。3年生にとっては初めての重たい食缶運び。がんばっていました。