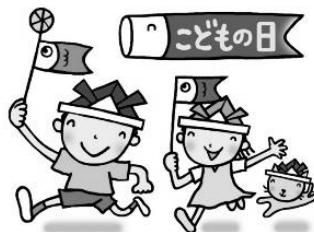




新緑の緑がまぶしい季節になりました。子どもたちは、新しい学級での給食の時間に少しずつ慣れてきたようです。1年生も初めての給食当番の仕事や配膳・片付けに戸惑いながらも一生懸命にやっています。

季節の変わり目で、大型連休もあるこの時期は、それまでの緊張がほぐれて疲れが出やすくなったり、休みで生活リズムが崩れたりしてしまうこともよく起こります。疲れをためないよう早寝早起きをし、朝ごはんをしっかり食べて、元気に登校できるといいですね。



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)
- 新献立として、チャーハンの具を取り入れました。
- 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6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16日(月)

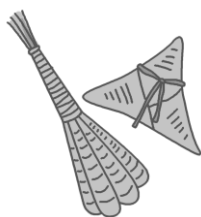
ロールパン、ツナのカレー炒めをツナカレートーストに変更します。

※給食室にあるオーブンをを使ってトーストを作ります。

16 ツナカレートースト 牛乳 フライドポテト ヌードルスープ		
●ツナカレートースト	青のり	0.07
食パン	塩	0.2
まぐろ油漬(ルー)	こしょう	0.01
まぐろ水煮(ルー)		
たまねぎ	●ヌードルスープ	
にんじん	フェットチーネ	10
米油	キャベツ	25
トマトケチャップ	たまねぎ	20
ウスターソース	にんじん	15
塩	パセリ	0.6
カレー粉	しょうゆ	1
チーズ	塩	0.95
	こしょう	0.02
●フライドポテト	豚カラスープ	15
じゃがいも	水	105
揚げ油(米油)		
	エネルギー	558kcal たんぱく質 24.2g

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。

～給食のこだわりを紹介します～ Part2

◆ ドレッシング

油・酢・砂糖・しょうゆ・塩・こしょうを大きなミキサーに入れて作っています。フレンチドレッシング・和風ドレッシングのほか、たまねぎドレッシングやごまドレッシングも作っています。



◆ カレーやシチューのルー

小麦粉とマーガリン(バター)を、時間をかけてお釜で炒めて作っています。



◆ ふりかけ

ふりかけはちりめんじゃこ、ごま、青のり、だいず、ひじきなどを使い、給食室で作っています。手作りにすることで、減塩にもつなげています。



◆ 果物・デザート

生の果物を味わってもらいたいという考えのもと、月に1回以上は旬の果物を取り入れています。皮がむきづらく、子どもたちにとって食べにくいと思われるものもありますが、このような経験を今のうちからしておくことで、将来の食の幅を広げることにつながります。

デザートは、ゼリーやアイスクリーム、ヨーグルトなどが出ます。

おお 大きなかんきつ (みかんのなかま) の食べかた



①あついかわをはずす。

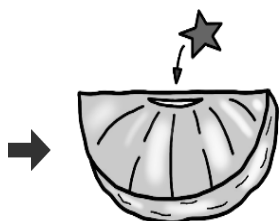


②ふさごとに分ける。

※大人の味の「にがみ」のおいしさがわかる人はこのまま食べてもいいですよ。うすいかわもえいようたっぷりです。



③おやゆびとひとさしゆびのつめをつかって、切りこみを入れる。



④★じるしのところに、切りこみがはいりました。



⑤りょう手をつかって、切りこみをひろげます。



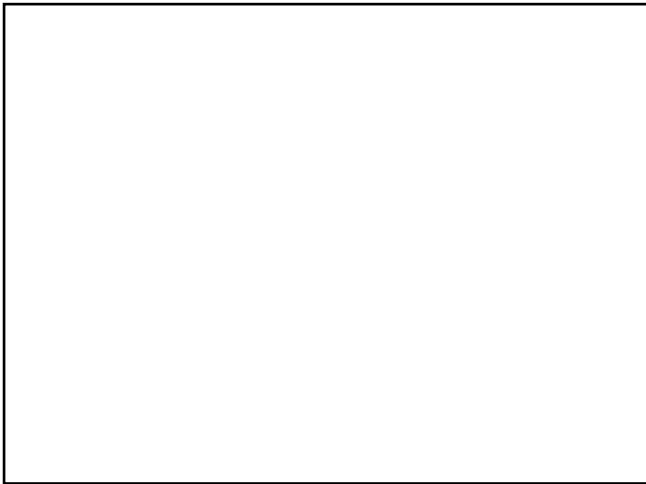
⑥うすかわの中から、きいろいなかみをだ出して、「ぱくっ」と食べます。



給食時間の様子など



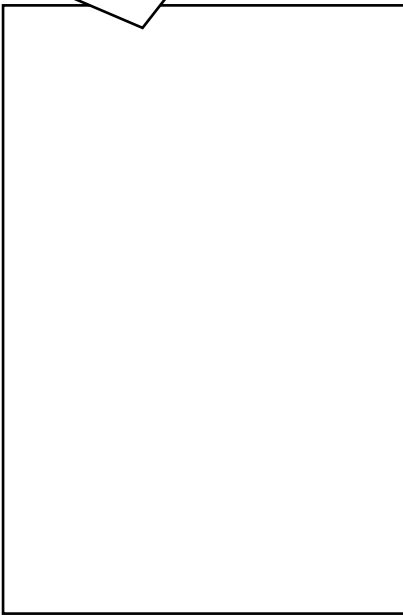
1年生



1年生は初めての学校給食。

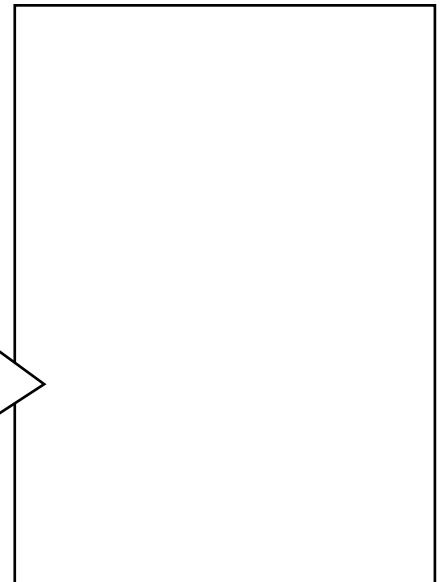
給食オリエンテーションでは、給食時間はただのお昼ご飯の時間ではなく、授業の時間でもあること、給食時間の教科書は、毎日目の前に出てくる食事そのものであることを伝えました。また、この教科書にはいろいろな内容がつまっていることを伝え、そのうちのひとつである「すききらいをしないでなんでもたべよう」ということを、紙芝居を使いながらお話ししました。

〇年〇組です。いただきます！

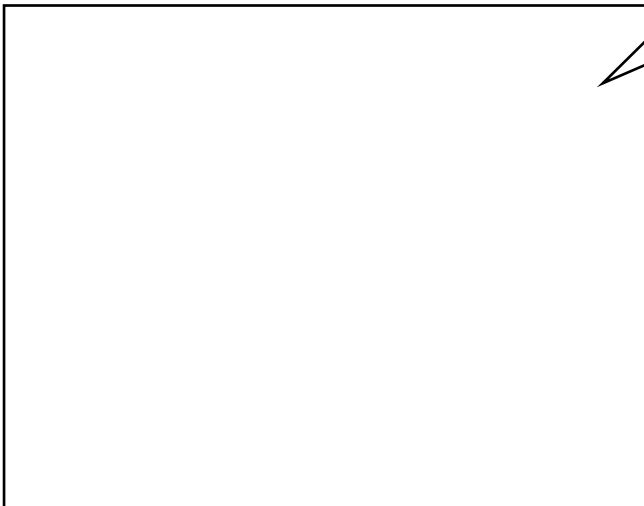


給食当番は、白衣を着て2列で廊下に並んだら、調理員さんにしっかり「いただきます」のごあいさつをして、食缶を受け取ります。

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。



今年は保護者ボランティアの方にも配膳のお手伝いをしていただき、とても助かっています。



上級生

給食室前では、給食委員会から当日の給食のワンポイントについて、説明があります。

3年生以上は給食室前であいさつをして、食缶・食器・トレイを受け取ります。

給食当番は、サンプルケースを見て、どのおかずを、どのお皿に、どれくらいの量で盛り付けるのかを確認します。

3年・5年になると、パンやごはんの量が増えるため、特にこの時期は、注意してサンプルを見るように呼びかけています。

食缶の中のごはんやおかずを盛り切るとはなかなか難しいですが、毎日心がけることにより、少しずつ上手になっていきます。



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、初めての給食室内での受け渡しや重たい食缶運びです。がんばっていました。

配膳時の教室での様子

今年度から給食帽子が個人持ちになりました。給食時間は、給食当番だけでなく、自分の給食を取りに行く人や席で待っている人も給食帽子をかぶって過ごしています。これまで以上に衛生的な配膳を行うことができます。

ご理解・ご協力をいただき、ありがとうございます。

