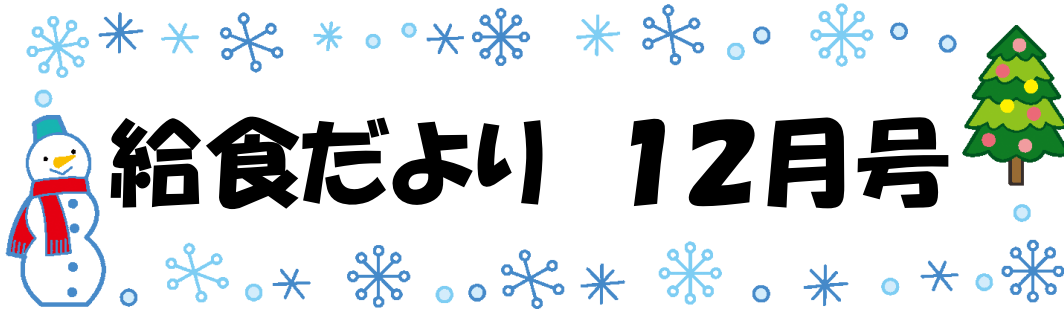


保護者様

横浜市立富岡小学校
校長 浅野 修一
栄養職員 角田悠紀子



給食だより 12月号



12月の給食

◎旬の食品を多く取り入れました。

(こまつな・はくさい・だいこん・かぶ・ほうれんそう・みずな・りんご・みかん・ゆず・さば・たら)

◎冬至にちなんだ食品を使った献立を取り入れました。

(たらちり・かぼちゃのそぼろあんかけ)

◎体が温まる献立を多く取り入れました。

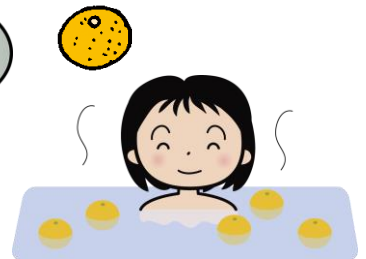
(たらちり・つみれ汁・みそ汁・ほうとう・野菜スープ・かぶのスープ煮・
肉だんごとはくさいのスープ・ホワイトシチュー・ボルシチ)

◎かぜを予防するはたらきのある食品を多く取り入れました。

(だいこん・かぶ・はくさい・こまつな・ほうれんそう・ねぎ・りんご・みかん)

◎旬の魚を使った献立を取り入れました。(たらちり・さばのあんかけ)

◎新献立として、「こまつな花マル丼の具」を取り入れました。



・14日(木) 3・4年生は学校で炊いたはいがごはんに変更します。(宮城県産ひとめぼれ)



12月の給食終了は、12月22日(金)
1月の給食開始は、1月11日(木)です。



★給食当番は白衣を持ち帰りますので、**洗濯、アイロンかけ**をしてご家庭で保管をお願いいたします。
冬休み明けは、必ず**1月10日(水)まで**にお子さんに持たせてください。

★冬休み中に、**給食帽子・マスクの点検・補修**をお願いします。帽子は髪がしっかり入るもの、マスクは鼻と口が隠れるものをご用意ください。帽子は学校でも購入できますので、必要な方はお申し出ください。

また白衣についても、**ボタンやほつれの修繕**をしていただけるとたいへん助かります。糸の色は白が望ましいですが、ない場合は他の色でも構いません。ボタンやひも等は学校にありますので、必要な場合は担任にお声かけください。ご協力よろしくお願いたします。

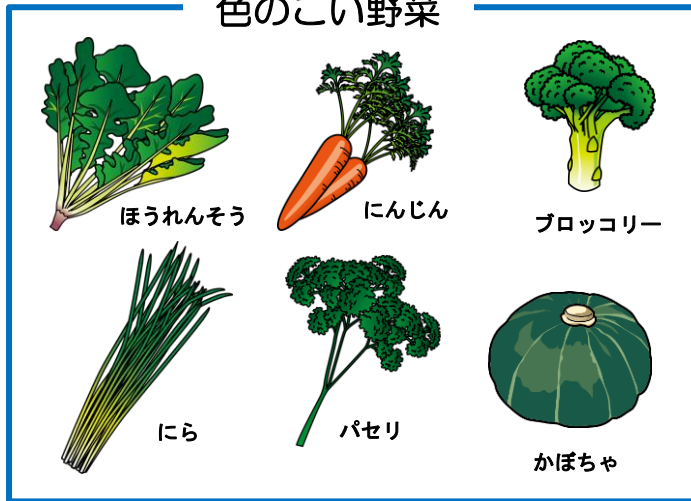
かぜやインフルエンザに負けない体をつくるために

かぜやインフルエンザの予防には、好き嫌いせずバランスのよい食事をとること、規則正しい生活、しっかり休養をとることが大切です。富岡小学校では野菜料理の残食率が高い傾向にありますが、病気に負けずに元気に過ごすためには、カロテンやビタミンC、食物繊維などの野菜の栄養はとても大切です。ご家庭でもぜひいろいろな野菜料理をつくっていただき、子どもたちの大好きな食べものを増やしていきましょう。

カロテン

鼻やのどの粘膜を丈夫にして、細菌の侵入を防ぎます。

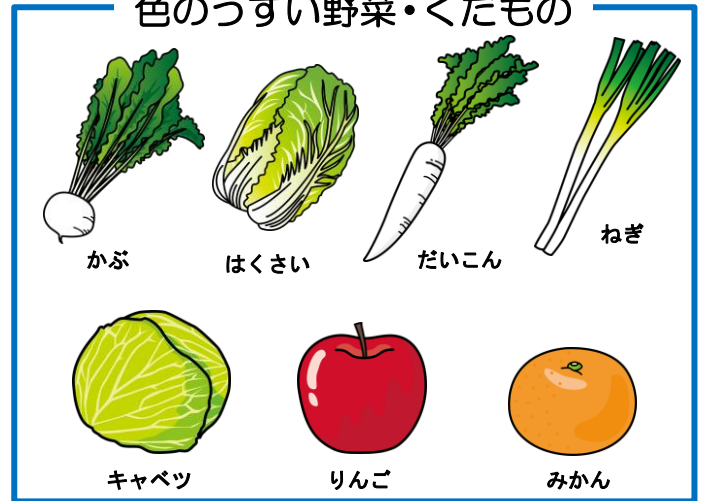
色のこい野菜



ビタミンC

体の免疫力を高め、病原菌に対する抵抗力をつけます。

色のうすい野菜・くだもの



富岡小食育レポート 給食体験会・富岡小 150周年スペシャル給食

10月12日に給食体験会を開催し、約30名の保護者の方にご参加いただきました。国・横浜市の方針や本校の給食・食育についての紹介の後、実際に給食当番の体験、試食をしていただきました。当日の献立は子どもたちに大人気の、手作りルーのポークカレーでした。「実際の給食の味付けや煮加減、量などを知ることができてよかった。」「横浜市や富岡小の給食・食育への理解や安心感が深まった。」など、前向きなご意見を多く寄せていただきました。いただいたご意見を真摯に受け止め、今後のよりよい給食・食育に生かしていきたいと考えております。また、10月31日には中学校給食の試食会も実施し、20名以上の保護者の方にご参加いただきました。平日昼間のお忙しい時間帯にご出席くださった皆様、PTAの皆様、心より感謝申し上げます。

■主な質問への回答

- 特別メニューやイベントメニューなど、子どもたちのリクエストから献立を考えることはある？
→子どもたちの声や喫食の様子、残食率から、独自献立はもちろん、日々の献立でも調理法などを検討したり、工夫したりしています。
- 好き嫌いではなく、食べきれない場合は、給食の量を調整してもらえるの？
→盛付け時に食べられる量を自己申告してもらうことで、個々の体格や活動量にあった食事量となるよう配慮しています。
- 残った給食はどうなるの？
→残った給食は、はまぼーくの館に再加工して利用しています。



11月11日の富岡小150周年記念式典に合わせ、150周年スペシャル給食を実施しました。日本で古くからハレの日には欠かせない赤飯をはじめ、子どもたちに大人気の手作りとんカツ、カラフルな手毬麩の入ったすまし汁、150周年マスコットキャラクターと富岡小の学校目標が描かれた横断幕と同じデザインの、150周年スペシャルのりを作りました。「ハレ」の日はもちろん、「ケ（日常）」の食事を通して、これからも子どもたちの健やかな成長と、150年続いてきた富岡小のますますの発展を願っています。