

過ごしやすい日が続くようになりました。子どもたちは少しずつ学校生活に慣れてきており、給食も準備から片付けまでスムーズに行えるようになってきています。

5月は大人も子どもも、心身ともに疲れが出やすい時期です。休日でも食事の内容や睡眠時間に気を付け、規則正しい生活を送れるように心がけましょう。

今月のこんだて

◎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)

◎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。

(塩焼きそば・スパゲティナポリタン)

◎新献立として、チャーハンの具を取り入れました。

よこはま 横浜にゆかりのある食べ物



6月2日の開港記念日にちなみ、給食では5月・6月に横浜にゆかりのある献立が出ます♪

スパゲティナポリタン (5月12日)



横浜のホテルの料理長が、ゆでたスパゲティにケチャップをまぶして食べているのを見て、考えた料理だと言われています。その後、日本人の好みに合うように、柔らかめにゆでた麺とたまねぎ、ピーマン、ハムと一緒に炒めて、ケチャップで味をつけました。

中国料理 (5月19日・20日・25日)

横浜開港後、アメリカやフランスなどのほかに中国からも多くの人々がやってきて横浜で暮らすようになりました。特に広東や上海から横浜に移り住んだ人が多く、横浜中華街は今でも広東・上海料理のお店が中心となっています。

アイスクリーム (5月25日)

横浜開港後、明治2年に日本で初めてのアイスクリームが横浜で作られました。当時は「あいくりん」と呼ばれ、牛乳・卵・砂糖だけで作られていました。当時、これらの食材は手に入りやすく、さらに冷蔵庫もなかったため、アイスクリームはとても高級でした。

横浜開港菜 (5月25日)

「横浜開港菜」について

詳しくは右のページへ



塩焼きそばで使われているニンジン、セロリ、キャベツは「横浜開港菜」です。

横浜開港菜

横浜の開港をきっかけに日本で初めて作られ、横浜から日本各地に広まった西洋野菜を「横浜開港菜」と

呼びます。横浜の開港で、西洋の文化がたくさん横浜にやってきました。横浜の街に暮らすようになった

外国人が、自分たちの国の野菜を作るようになったことがきっかけで、様々な西洋野菜が広まったそうです。

「横浜開港菜」と呼ばれる野菜は14種類あります。

- ・トマト
- ・レタス
- ・キャベツ
- ・カリフラワー
- ・ニンジン
- ・いちご
- ・セロリ
- ・ラディッシュ
- ・さやえんどう
- ・アスパラガス
- ・パセリ
- ・リーキ（セイヨウネギ）
- ・メキャベツ
- ・エンダイブ（ニクチシャ）



給食では、普段から多くの「横浜開港菜」が使われています。家の食事でも、「横浜開港菜」が使われているか、さがしてみてください。

今月の目標 食事のあいさつをして、上手に食べよう

食事の前の「いただきます」、食べ終わった後の「ごちそうさま」を大切にしていますか？食事のあいさつには、食べ物や作ってくれた人に感謝する意味がこめられています。学校では食事のあいさつを大きな声で言うことができませんが、心の中で、思いをこめてあいさつができるといいですね。

また、自分のおはしや食器の持ち方についても確認して、給食を上手に食べられるように心がけましょう。



4月

給食たくさん食べたね♪ランキング

4月は年度初めということもあり、人気メニューを中心に配りやすさや食べやすさに考慮した献立が多かったです。どのクラスもルールをしっかりと守り、協力し合って給食時間を過ごすことができます。

