

しょくいく
食育だより



令和3年2月26日
横浜市立平沼小学校
校長 長谷川 絹子
栄養教諭 星 智美

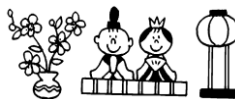
早いものでもう3月になります。6年生はいよいよ卒業です。小学校で給食を食べられるのもあとわずかとなりました。学校給食も小学校の大切な思い出のひとつになるように、おいしい給食作りに励んでいきたいと思えます。

3月の献立

☆日本の伝統的な行事食を取り入れました。

ひなまつり…**菜の花ずし**

進級、卒業…**赤飯**



☆今月のはま菜ちゃん（市内産の野菜）



こまつな・ほうれん草



3月の給食目標

これまでの給食マナーを
活かし、楽しい会食にしよう。

今月の献立変更

日	変更前	変更後	変更理由
1日(月)	はいがごはん、プルーンはっこう乳、ポークカレー、甘酢あえ	ターメリックライス 、プルーンはっこう乳、ポークカレー、甘酢あえ	自校炊飯。
4日(木)	酢めし、牛乳、菜の花ずしの具、すまし汁	酢めし、牛乳、 菜の花ずしの具(こまつな→なばな10gに変更) 、すまし汁	ひな祭りにちなんだ行事食。季節の食材「なばな」を味わう。
10日(水)	はいがごはん、牛乳、いわしのかば焼き、からししょうゆあえ、呉汁	はいがごはん、牛乳、 あなごの天ぷら 、からししょうゆあえ、呉汁	金沢区でとれる「あなご」を知る。
11日(木)	赤飯、ごま塩、牛乳、炒り鶏、かきたま汁	赤飯、ごま塩、牛乳、炒り鶏、かきたま汁、 すだちゼリー	卒業と進級を祝う。
12日(金)	あげパン、牛乳、野菜のスープ煮、せとか	あげパン、牛乳、 タイピーエン 、せとか	熊本県の郷土料理を知る。

【材料と分量（中学年一人分の量＜g＞）】※アレルギー対応の確認や家庭での調理にご活用ください。

★1日(月)

ターメリックライス はいが米80、塩0.3、ターメリック0.2

★10日(水)

あなごの天ぷら あなご40、小麦粉8、塩0.1、水8.4、揚げ油

しょうゆ3、砂糖1、みりん0.3、酒0.5、でんぷん0.35、水12

★11日(木)

すだちゼリー40g 原材料：水飴、ぶどう糖、異性化液糖、砂糖、すだち果汁、粉末水飴、トレハロース、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、香料、水

★12日(金)

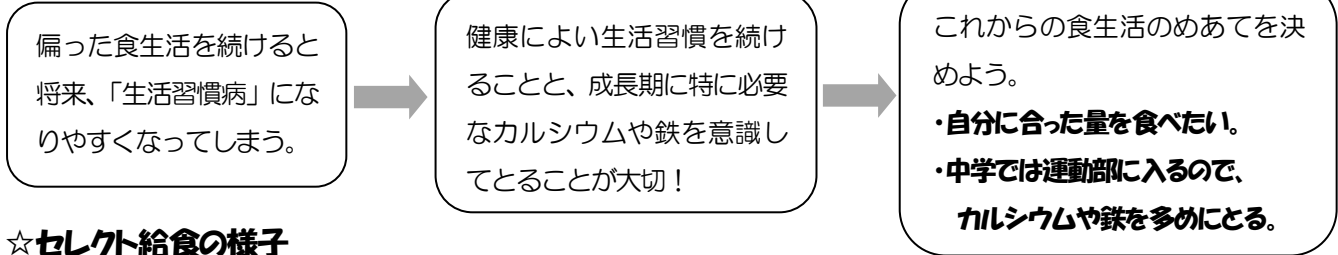
タイピーエン 豚肉(厚) 15、うずら卵缶 16、むきえび 10、いか 10、酒 1、たまねぎ 15、キャベツ 20、にんじん 10、ねぎ 7、はるさめ 4、しょうゆ 2.7、塩 0.6、こしょう 0.02、ごま油 0.7、でんぷん 0.8、チキンブイヨン 15、水 95

食育授業



☆6年生「これからの食生活を考えよう」

2月12日・19日・26日のセレクト給食実施に向けて、事前指導を行いました。



☆セレクト給食の様子

「主食・主菜」、「副菜・果物」、「デザート」の3回に分けて行いました。

<メニュー>

- 主食【2つ選択】 おにぎり (ごま塩・茶めし・麦ごはん)
- 主菜【1つ選択】 銀だらのおんかけ・ハンバーグてりやきソース
- 副菜【1つ選択】 こぶきいも・ひじきサラダ
- 果物【1つ選択】 せとか・りんご
- デザート【1つ選択】 湘南ゴールドゼリー・お米のパパロア



各教室で、給食当番が配膳をしました。



通常の給食時間と同じ、感染症対策をしながらいただきました。



12日は調理員さんからの挨拶もあり、各クラスから感謝の気持ちを伝えることもできました。

お知らせ

今年度の給食は3月16日(火)で終了します。今年度も本校の給食に対し、ご理解とご協力をいただきまして、ありがとうございました。

新年度のスタートに向けて、お子様が白衣を持ち帰りましたら、洗濯とアイロンがけを済ませ、ほつれやゴムののびなどを直していただくと助かります。子どもたちの安全な給食当番活動に向けて、ご協力をよろしくお願いいたします。

なお、**新年度の給食は4月12日(月)開始予定**です。

