

給食だより5月号

令和8年5月8日
横浜市立川和東小学校
校長 都甲 理文
栄養教諭 森田 真帆

入学、進級して1か月が経ちました。新しいクラスにも慣れてきて、給食の時間にクラスをまわっていると、みんなで協力して準備をする姿が見られます。

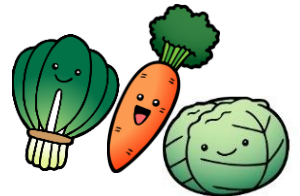
5月は、だんだんと気温が上がってくる季節です。季節の変化についていけるよう、食事をしっかり食べて、元気にすごしてほしいと思います。

<5月の給食について>



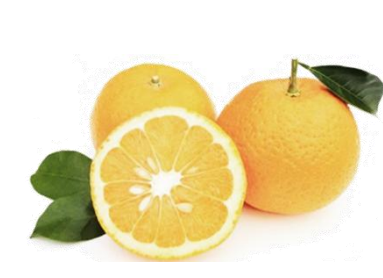
- ・旬の食品を取り入れました。
(かつお・わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・メロン・あまなつみかん)
- ・こどもの日にちなみ、行事食として五目ずしの具を取り入れました。
- ・開港記念日(6月2日)にちなみ、横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。
(塩焼きそば・回鍋肉・麻婆豆腐・アイスクリーム)

こまつな、にんじん、キャベツは区内産・市内産のものを使用する予定です。



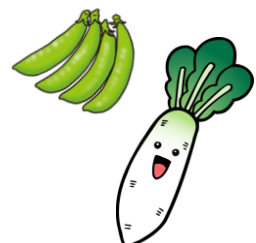
あまなつみかん

4月のばんかんに続いて、5月はあまなつみかんが出ます。柑橘類は、皮をむくのにも苦戦している様子を見かけます。ご家庭でもぜひ皮の厚い柑橘類を食べる機会をつくっていただけたらと思います。



川和東小オリジナルメニュー(基準献立一部変更のお知らせ)

5月15日(金) 肉そぼろの具に旬のグリーンピースを追加します。
グリーンピースのさやは、7組がむいてくれる予定です。
さつき汁の具に横浜市内産のだいこんを追加します。
さつき汁は、5月が旬の食材を使った汁物です。



4月の給食

給食が始まりました！



4月14日（火）

麦ごはん・牛乳・ツナそぼろ・みそ汁

給食2日目のメニューは、ツナそぼろでした。給食では定番のメニューで、ツナを甘辛く炒めて作ります。4月は、盛り付けやすいようにごはんとは別の皿に盛り付けていますが、ふだんはごはんと同じ皿に盛り付けます。



4月16日（木）

チーズパン・牛乳・ペンネミートソース・コーンサラダ

ペンネミートソースは、トマトの酸味がとんで、うまみが出るまでよく煮込んで作ったミートソースを、ペンネにあえて作ります。サラダのドレッシングも給食室で手作りしています。



4月22日（水）

麦ごはん・牛乳・ビビンバ（肉・野菜）・はるさめスープ

ビビンバは、豚肉・ねぎ・にんにく・しょうがと調味料を煮詰めて、ごはんには合う少し濃い味に仕上げています。野菜は、にんにくじょうゆであえ、ごはんといっしょに食べられる味付けにしています。野菜を別で食べている児童が多く、残りがちなので、ごはんといっしょに食べるように伝えています。



4月24日（金）

まるパン・牛乳・サーモンフライ・野菜のスープ煮・晩柑

晩柑は、美生柑ともよばれ、春が旬の柑橘類です。色が黄色っぽいので、すっぱそうに見えますが、あまみがあり、果汁もたっぷりです。

