



令和2年8月21日
 横浜市立みたけ台小学校
 校長 羽田 敏隆
 栄養職員 石川 晶代

今年^{ことし}は例年^{れいねん}より早く、給食^{きゅうしょく}が始まり^{はじ}ます。まだまだ暑^{あつ}く、体調^{たいちょう}を崩^{くず}しやすいときです。
 朝^{あさ}・昼^{ひる}・夕^{ゆふ}、3食^{しょく}しっかり^{しよくし}食事^{しょくじ}をして、早寝^{はやね}・早起^{はやあ}きなどの生活^{せいかつ}リズムをととのえ、元気^{げんき}に登校^{とうこう}できるよう^{よう}にしまし^まょう。

★★8月の献立紹介★★

♪ 昨年^{さくねん}の10月^{いらい}以来^{とうじょう}の登場^{とうじょう}です。

26日(水) あげパン



★★9月の献立紹介★★

♪ 横浜市^{よこはまし}で採^とれた野菜^{やさい}・果物^{くだもの}を取り入^とれました。

・1日(火) なし



3年生^{ねんせい}が総合^{そうごう}でお世話^{せわ}になっている、村田^{むらた}さんの果樹園^{かじゅえん}で採^とれたなし^{ほすい}(豊水)をつか

・こまつな 月^{つき}を通して^{とお}して市内産^{しんないさん}を使用^{しよう}します。

♪ がんばれ☆横浜^{よこはま}バイスターズ!

4日(金) バイスターズ青星寮^{せいせいりょう}カレー

横浜^{よこはま}バイスターズの選手寮^{せんしゅりょう}で人気^{にんき}のカレーを、給食版^{きゅうしょくばん}にアレンジ^{てく}して作り^{つく}ます。

きれいに手を洗おう!!



石けんをよく泡立てて、手のひらや手の甲をしっかりと洗います。忘れがちな指と指の間、つめ、手首もよく洗って、水で洗い流します!

ココをチェック! 洗い残が多いところ



がつ きゅうしよくもくひょう
9月の給食目標

しょくじ まも た
食事のマナーを守って食べよう



しょくじ まも
食事のマナー、守っていますか？
自分の行動を振り返ってみましょう。

はま
〇浜なし〇

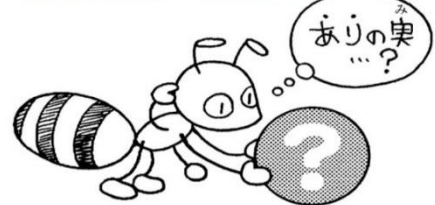
「浜なし」を知っていますか？
「浜なし」とはナシの品種名ではなく、横浜市で認定された果樹生産者団体が育てたナシのことです。

「浜なし」は、スーパーや青果店では買えません。これは、市場出荷をせず、ほぼ全てを庭先などでの直売で販売しているためです。

このため、食べごろの時期を逃さず、新鮮でおいしい果実を味わうことができます。



Q. ありの実と呼ばれている果物はな—んだ？



「ありの実」と呼ばれているものをからって「あり」と「なし」に通じるの「なし」言葉は「無」に通じるの「なし」。

げんきで き た もの し
元気の出る黄の食べ物について知ろう

黄の食べ物は、みなさんが元気に運動したり勉強したりするために必要な熱や力のもとになる働きがあります。



ねつ たいおん たも
熱(体温)を保つもと



げんき うんどう ちから
元気に運動する力のもと



べんきょう ちから のう はたら
勉強をする力のもと(脳を働かせる)



めん



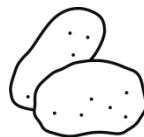
こむぎこ



あぶら



さつまいも



じゃがいも



パン



ごはん