

給食だより

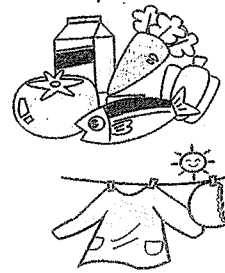
平成27年4月10日
横浜市立西が岡小学校
校長 山本 朝彦

草花が一斉に芽を出し、春がやってきました。新しい学年、新しいクラスで1年が始まります。みんなで協力して、給食も楽しい時間にしましょう。

安全でおいしい給食をつくれます。

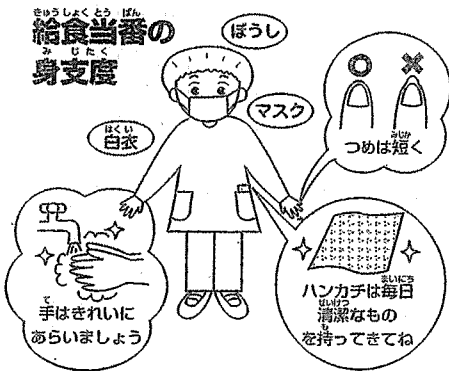
今年度も調理業務を(株)サンユーに委託し、会社より調理スタッフが派遣されてきます。本校の栄養職員と共に、およそ560人分(児童と職員)をつくれます。安全でおいしい給食づくりを目指します。よろしくお願ひいたします。

- 4月の給食目標 「楽しい給食にしよう」
給食のきまりをおぼえて、楽しく食事ができるように、準備や片づけをします。
- 4月の食の指導 「食べ物とからだ」
給食に使われているいろいろな食べ物に関心をもって食べましょう。



ご確認ください。給食のやくそく

- ☆ ご家庭で用意していただくもの
給食袋に給食専用の清潔なハンカチとマスクを入れて持ってきましょう。
何組か用意して、毎日、清潔なものが使えるようにご協力ください。
マスクは給食当番だけでなく、全員が毎日、持ってくるようになっていきます。
- ☆ 給食当番の時は白衣を金曜日に持ち帰ります。洗濯、アイロンがけをお願いいたします。その際、ボタンが取れていたり、ほころびなどがありましたら、補修していただくと助かります。よろしくお願ひいたします。
- ☆ 給食当番は毎日健康チェックをしています。



給食当番チェック表	
<input type="checkbox"/>	からだの調子は良いですか? (腹痛や下痢などしていませんか?)
<input type="checkbox"/>	白衣をきちんと着ていますか?
<input type="checkbox"/>	ぼうしから、かみの毛が出ていませんか?
<input type="checkbox"/>	マスクは必ずずれていますか?
<input type="checkbox"/>	つめは短く切つてありますか?
<input type="checkbox"/>	手は石けんで、ていねいにあらいましたか?
<input type="checkbox"/>	ぬれた手を清潔なハンカチでふきましたか?

マスク返却のお願いのお手紙 (見本)

平成27年 月 日

年 組 さん

保護者様

横浜市立西が岡小学校

給食当番マスクの返却のお願い

今週、お子様は給食当番になっておりますが、マスクを忘れていましたので、学校より貸し出しをしました。

給食当番は衛生的に配膳を行うため、マスクの着用が洗まりになっています。マスクを忘れた場合はマスクの貸し出しをいたします。貸し出し用のマスクを常備するため、新しいマスク(使いきりタイプ)の返却をお願いいたします。



- ☆ 給食当番でマスクを忘れてしまった時は、学校からマスク(使いきりのもの)を貸し出します。貸し出した時はお子さんにおたよりを持たせますので、後日、新しいものをお返しく下さい。(ビニール袋に入れて持たせてください。)

献立表を活用しましょう

給食の献立は毎月、「学校給食基準献立予定表」でお知らせしています。

献立名、食材名、中学年の一人分の目安量と栄養価（エネルギー・たんぱく質）を表示しています。ご家庭での食事作りの参考にご活用ください。

学校行事や地場産物の活用等で献立が変更になる場合は、「給食だより」でお知らせします。

10 麦ごはん 牛乳		ポークカレー 甘酢あえ	
●ポークカレー		●甘酢あえ	
豚肉	30	きゅうり	10
じゃがいも	45	切干しだいこん	5
たまねぎ	60	しょうゆ	2.7
にんじん	15	砂糖	2.4
しょうが	0.5	酢	2.7
にんにく	0.3	塩	0.1
米油	0.7		
小麦粉	8		
マーガリン	7		
カレー粉	1		
トマトケチャップ	2		
中濃ソース	3		
しょうゆ	2		
塩	1		
水	80		
エネルギー 705kcal たんぱく質 21.2g			

☆4月の献立について

16日 たけのご飯

横浜市はご飯を委託炊飯していますので、通常はご飯と具が別に配られ、混ぜながら食べます。今月の「たけのご飯」は学校で炊きこみご飯にします。

28日 卵とトマトのスープ

泉区のハウス栽培のトマトが収穫期を迎えています。卵スープに使用します。

食物アレルギーについて

食物アレルギーの人は、特定の食べ物を食べたり、飲んだり、触れたりすると、肌がかゆくなったり、せきが出たりするなどのアレルギー反応が起きます。人によって、原因になる食べ物もアレルギー反応の症状も様々です。症状がすぐにあらわれることもあれば、時間がたってから発症する場合があります。

ひどい時は呼吸困難になるなど、命にかかわる重い症状を短時間に引き起こす場合があります。（アナフィラキシーショック）

食物アレルギーが起こる原因は、体質や消化機能などが関係しています。そのため食物アレルギーは消化機能が未熟な乳幼児期に多く発症していて、成長と共に回復する場合があります。

小・中学校で多いアレルギーの原因食品

特に多いのが鶏卵・乳製品です。食物アレルギーの原因になる食べ物は、他にもたくさんあります。また、1つだけでなく、複数の食べ物が原因のアレルギーの人もいます。



鶏卵



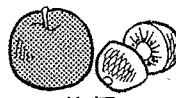
乳製品



甲殻類



そば



果物類



魚類

本校では安全に給食を実施するために、4月の給食開始前に「食物アレルギーに関する調査」を行っています。食物アレルギーは突然に発症する場合があります。心配なことがありましたら担任にご相談ください。

友だちが食物アレルギー

だったら...

アレルギー症状を起こさないためには、「原因になる食べ物をとらないこと」が一番効果的です。そのため、みんなと同じものを食べることができない場合があります。

いつもと同じように接して、見守ってあげましょう。

