

5月



給食だより

令和5年5月9日
横浜市立綱島小学校
校長 金森 孝子
栄養職員 藤松 美帆

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。

こんげつ
今月の

こんだて

◎旬の食品を多く取り入れました。

(かつお・あじ・わかめ、さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・みつば・メロン・あまなつみかん・そら豆)

◎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・スーラータン・アイスクリーム)

〇独自献立のお知らせ

5月22日に独自献立を実施するため、献立の内容を変更しております。

【変更前】麦ごはん、牛乳、生揚げと豚肉のみそ炒め、焼きのり

【変更後】麦ごはん、牛乳、生揚げと豚肉のみそ炒め、ゆでそらまめ、焼きのり

当日の朝に1年生がそらまめのさやむき体験をし、給食の「ゆでそらまめ」で全校に提供する予定です。

5/22

麦ごはん 牛乳
生揚げと豚肉のみそ炒め
ごまじょうゆあえ
ゆでそらまめ 焼きのり

●生揚げと豚肉のみそ炒め		●ごまじょうゆあえ	
生揚げ	40	キャベツ	40
しょうゆ	12	ごまつな	9
砂糖	1.5	ごま(白)	3
水	8	しょうゆ	2
豚肉	20	塩	0.1
しょうゆ	0.3	●ゆでそらまめ	
酒	1	そらまめ	12
たまねぎ	50	塩	0.1
にんじん	10	●焼きのり	
チンゲンサイ	8	1/12 切5枚	
しょうが	1		
米油	0.7		
しょうゆ	0.5		
赤色辛みそ	3		
トウハンジャン	0.2		
でんぷん	0.5		
水	5		

エネルギー 614kcal たん白質 24.9g

16、19日は横浜市内産のごまつなを使用予定です。お楽しみに♪



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



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

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

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「あいすくりん」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、さらに冷凍庫もなかったため、アイスクリームはとても高級でした。

横浜開港菜



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。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。

～給食室から～

給食室は廊下から見えにくい場所にあるため、調理の様子を見る機会は少ないのではないのでしょうか。そこで、中はどうなっているのか、どのように調理しているのか、給食だよりを通して紹介していきます。

綱島小学校では、11人の調理員さんが735食分の給食を毎日力を合わせて作っています。

調理には主に「回転釜」という大きな釜を使います。調理室には約110Lの水をためることができる回転釜が5つあるので、献立ごとに使い分けています。



給食たくさん食べたね♪ランキング

年度初めということもあり、配りやすさや食べやすさに考慮した献立が多く出ました。

どのクラスもルールをしっかりと守り、おいしそうに給食を食べています。

