

令和8年4月30日
横浜市立山内小学校

新年度が始まって1か月が経ちました。子どもたちも新たな環境に少しずつ慣れてきたことでしょう。しかし、疲れがたまってきている時期でもあります。ゴールデンウィークなどもあり、生活リズムが乱れがちになる人もいるのではないのでしょうか。元気に学校生活を送るために、早寝早起きをして、きちんと朝食をとり、生活リズムを整えましょう。

《5月の給食》

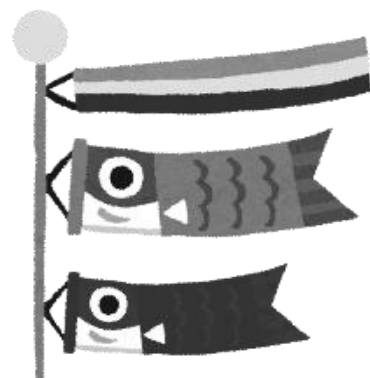
- ・旬の食品を多く取り入れました。
(かつお・わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・にら・じゃがいも・さやいんげん・メロン)
- ・こどもの日にちなみ、行事食として五目ずしを取り入れました。
- ・横浜で初めて食べられたアイスクリンにちなみ、アイスクリームを取り入れました。
- ・開港記念日(6月2日)にちなみ、5月に横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。
(塩焼きそば・回鍋肉・麻婆豆腐・アイスクリーム)

給食の様子

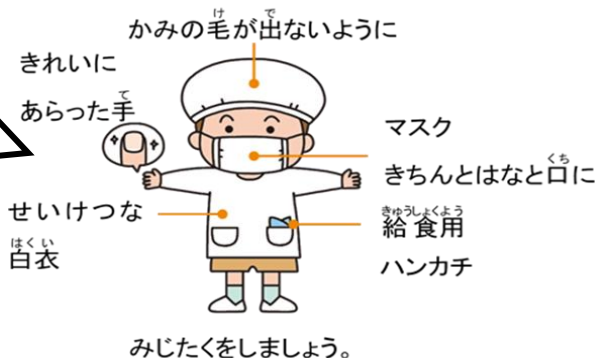
4月13日より、本年度の給食がはじまりました。

調理室では、給食スタッフ全員、身支度、体調管理チェックをしっかりと行い、衛生管理マニュアルに沿った安心安全でおいしい給食づくりを、行っています。一つ一つの作業を丁寧に、声に出して確認しあっています。

1年生も、毎日の給食に興味を持ってきていて、「今日の給食も楽しみです。」と話しかけてくれる児童も多く、励みになります。給食当番もがんばっています。毎日の給食時間を安心してすごすためにも、お子様にあった給食帽子やマスク、きれいな手拭き用ハンカチ、机に敷くナフキンを毎日忘れずご準備くださいますよう、ご協力よろしくお願ひいたします。



ご家庭でも、定期的に、給食当番の帽子やマスクを实际につけてみて、サイズがあっている清潔なものを毎日ご準備ください。きちんと身支度したくても、帽子のゴムが伸びていて、髪の毛がでてきてしまったり、マスクが大きすぎて口や鼻を覆えなくて、困っているお子さんを見かけます。



旬の食材や行事を大切にした食育

山内小学校では、昨年に引き続き、旬の野菜や果物を積極的に取り入れ、だしや香辛料を上手く使い、減塩をすすめていきたいと思います。「まごは(わ)やさしい」食材を親しみ、より良い食習慣が身につくよう、これからも児童への食の指導を推進していきたいと思います。

【重要】献立変更や使用食材をご確認ください！

基準献立より変更し、山内小のオリジナル(独自)献立を行う場合には、その月の食育だよりに記載します。毎月の食育だよりにご覧いただき、お子さまの食べる献立や食材をご確認ください。

食物アレルギー等で、お子さまの食べられない食材がありました場合には、お早めに学校までご相談をいただきますようお願いいたします。

ま	ご	は(わ)	や	さ	し	い
<small>るい</small> まめ類	<small>しゅじつるい</small> 種実類	<small>かいそうるい</small> 海藻類	<small>るい</small> やさしい類	<small>るい</small> さかな類	<small>るい</small> きのこ類	<small>るい</small> いも類
						

ご家庭での夕飯作りの際や団らんの際、お子様と、1日をふりかえって、「まごは(わ)やさしい」チェックをしてみてください。足りない食材は、ごまやちりめんじゃこをごはんやおかずにかけてたり、簡単なみそ汁を追加したり、冷ややっこをたしたり、簡単に追加できると良いですね。

