



給食たより

平成31年4月8日
調布市立石原小学校
校長 柳川 宣登志
栄養士 岩崎 可愛



いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸を膨らませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も、成長期の皆さんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願い致します。

学校給食には次の7つが目標として掲げられています。

〔「学校給食法」第2条より〕

- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むこととができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恵みの上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が食に関わる人々の様々な活動に変えられることについての理解を深め、健康を重んずる態度を養うこと。
- わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



- みんなで楽しく食べるため、一人ひとりが意識して取り組みましょう。
- 給食の前に手をきれいに洗う。
- 協力して準備を行う。
- あいさつをきちんとする。
- 姿勢を正しく、よくかんで食べる。
- 汚い話や気持ちの悪い話をしない。
- 決められた時間内に食べ終わる。
- 食器は大切に使う。

給食当番 3 択 クイズ

レベル★かんたん
レベル★★ふつふつ
レベル★★★むずかしい

Q1 正しい給食当番の順番はどれでしょう？
① ② ③

Q2 おなかの具合が悪かったら、どうすればいいでしょう？
① ガマンして我慢 ② 友達に話して休む ③ 先生に話して休む

Q3 道具と料理の組み合わせが間違っているのはどれでしょう？
① おたま みそ汁 ② しゃもじ おひたし ③ トング ハンバーグ

Q4 料理をよそうとき、気をつけることはなんですか？
① 盛りすぎないように ② きれいな布巾をへらしてあげる ③ とにかくたくさん盛りこく

Q5 よそっている途中でおかずを床に落としました。どうすればいいでしょう？
① 気にしないでそのままにしておく ② すぐに拾って食卓に直す ③ 先生に報告する

給食費について

※第1回目の引き落としは下記の通りです。2年生以上は5月に2ヶ月分、新1年生は6月に3ヶ月分の金額となりますので、残高にご注意ください。詳しくは「給食費の自動振替について」のプリントをご覧ください。

	第一回目	それ以降の月額
1年生	6月 11,125円	4,450円
2年生	5月 8,900円	4,450円
3・4年生	5月 9,300円	4,650円
5・6年生	5月 9,700円	4,850円

A.給食費は子どもたちにおいしい給食をつくるための食材費となります。地域でつくられた新鮮で安心安全な食材を積極的に取り入れ、成長期の子どものために、栄養バランスのよいおいしい給食をつくっていますので、保護者の方には、ご理解いただきたく、お願いいたします。

こんだてカレンダー 4月

※使用食材については、裏面の「詳細こんだて表」に各料理ごとに掲載しておりますので、ご確認ください。

月	火	水	木	金
4月	いしわらっこ	10日 給食始まり 牛乳 いちごマール むしパン 春野菜の豆乳シチュー ハニーサラダ	11日 牛乳 花見寿司 青菜と豆腐のおすまし 手作りみたらし団子 進級お祝い・お花見こんだて	12日 牛乳 ごはん 海鮮と豆腐のチリソース煮 春雨スープ いよかん
15日	16日	17日	18日	19日
牛乳 梅とじゃこの彩りごはん 干草焼き 春野菜の煮物 いちご	牛乳 かやくごはん 魚のバーベキュー 春キャベツのおひたし 吉野汁	牛乳 ミルクパン キャベツ入りメンチカツ カラフルポテトソテー 野菜スープ	牛乳 ごはん 大豆とじゃこの揚げ煮 新じゃが芋のそぼろ煮 野菜のいそべあえ	牛乳 お赤飯 さわらの菜の花焼き 春色すまし汁 お祝いタルト 調布中 開校記念日
22日	23日	24日	25日	26日
牛乳 はちみつレモントースト トマトシチュー フルーツ入りサラダ 新1年生 給食開始	牛乳 カレーライス わかめとじゃこのサラダ フルーツ ヨーグルト和え	牛乳 五目チャーハン きびなごのこまみそ和え 中華風コーンスープ いちごミルクゼリー	牛乳 ごはん さばのタンドリーグリル 新こぼろの甘辛揚げ 七彩汁 清見オレンジ	牛乳 スパゲティ ミートソース 新じゃがとアスパラの米粉グラタン 春キャベツのスープ



<今月のこんだてよい>

10日(水)…給食始まり
新しい年度が始まりました。給食初日は、季節の食材をたっぷり使った献立です。むしパンは、いちごを練り込んだ生地とプレーンの生地を作り、マールでかわいく仕上げます。ハニーサラダは、野菜に、細いフライドポテトを合わせ、はちみつを使ったドレッシングで提供します。リクエストにも登場するほど、子どもたちに人気のメニューです！

11日(木)…進級お祝い・お花見こんだて
季節の行事食で、みなさんの進級をお祝いします。「花見寿司」は、ただのこや絹さやなどの季節の野菜を使って、仕上げに桜の花の形をしたかまぼこを散らします。お花見と言えば・・・花より団子！ということで、手作りのお団子に、みたらしあんをからめて、提供します！

19日(金)…調布中 開校記念日
4月19日は調布中学校の開校記念日に合わせ、お祝い給食です。お赤飯と季節の食材を使ったメニューで、一緒にお祝いしましょう！

22日(月)…新1年生 給食開始
いよいよ1年生の給食も始まります！最初は、配りやすく、スプーンだけでも食べやすいメニューから始めます。おはしの練習もしておいてくださいね！

24日(水)…いちごミルクゼリー
いちごを牛乳と一緒にミキサーにかけて、いちごミルクを作り、ゼリーにします。季節の味を楽しみましょう！

★4月の旬の食材は、キャベツ、新玉ねぎ、人参、絹さや、ふき、たけのこ、菜の花、春菊、サワラ、清見オレンジ、いちごなどです。

