

# 5月 給食だより

令和5年4月26日  
調布市立国領小学校

新しい給食室で給食を作るようになって早くも一ヶ月が経ちました。二年生以上は、久しぶりの給食を楽しみに待っていてくれたようで、たくさんの子供が給食の感想を廊下であったときに教えてくれます。おかわりのじゃんけん大会も大盛り上がりです。一年生も給食をたくさん食べ、「これ、また作ってね」と、給食を楽しみにしているようでうれしく思います。

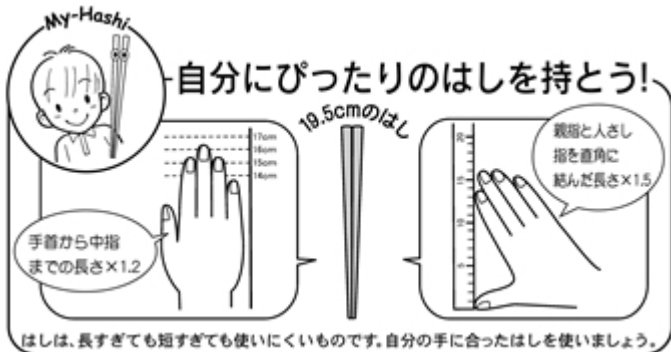
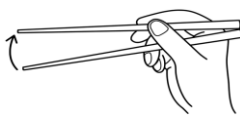
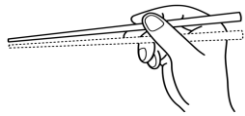
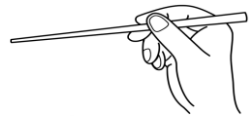
今月末の運動会に向け、体を動かす機会が多くなります。登校後、エネルギー不足にならないよう、朝ごはんをしっかり食べることをご家庭でお声かけください。

## 持てるかな？お箸



給食が久しぶりということもあり、お弁当の時に使っていたスプーンやフォークに慣れた子供たちが給食の箸に苦戦している様子がみられます。正しい箸が持てることは、鉛筆をしっかり持つことにもつながります。ご家庭で、お子さんのお箸の持ち方を御確認いただき、練習をお願いいたします。

- 1, 鉛筆を持つように1本を持つ
- 2, 点線の部分にもう1本を入れる
- 3 上手に持てたら、上の箸だけ動かしてみる。



## 今月の献立から



### ・8日(月)【アルファ米を使った五平餅】

防災備蓄倉庫にあるアルファ米(もち米)を使って五平餅を作ります。五平餅は、中部地方の山間部発祥の郷土料理で、つぶしたごはんを俵状に成型し、味噌ダレを塗って焼いた料理です。

### ・10日(水)【郷土料理 長崎県】

長崎県の郷土料理である、「長崎ちゃんぽん」、「浦上そばろ」、「フルーツかんざらし」を提供します。「浦上そばろ」は、豚肉を細切りにし、それを揚げかまぼこや糸こんにゃく、もやし、にんじん、ごぼうなどといっしょに炒めて作る料理です。「そばろ」と名前がつきますが、挽肉は使わない料理だそうです。

「かんざらし」は、島原市一帯で作られていた、米粉(白玉粉)の団子に砂糖で作った蜜をかけた冷たいスイーツです。

### ・12日(金)【一年生 そらまめ皮むき授業】

一年生が給食室のお手伝いをしてくれます。「そらまめ入りジャーマンポテト」のそらまめを、一年生が皮むきます。

### ・17日(水)【世界の料理 イタリア共和国】

イタリアの料理、ラザニアを提供します。ラザニアは、板状の Pasta とホワイトソースとミートソースを何層にも重ね、オーブンで焼いた料理です。給食では、リボン Pasta をミートソースでからめ、上からチーズをかけてアレンジしたものを提供します。

### ・19日(金)【第六中学校 体育祭応援献立】

翌20日は第六中学校の体育祭です。給食室からは最後まで粘り強く取り組めるようにとの思いを込めた「ねばねばサラダ」とお餅のように力強く取り組めるよう、韓国のお餅のトックが入った「トックスープ」を提供します。



### ・27日(金)【運動会応援献立】

翌28日は国領小学校の運動会です。給食室から応援として、子供たちが「自分に勝つ」「勝負に勝つ」ことのできるよう「カツカレー」、紅白の「フルーツポンチ」を提供します。

### ・31日(水)【新献立 排骨飯(パイコーハン)】

4月のルーローハンに引き続き、台湾の屋台メニュー第二弾です。排骨飯は、下味をつけた豚肉を揚げて、たれに絡めたものをごはんにのせた料理です。