

給食だより

川崎市立住吉小学校
令和8年4月30日
第2号

今年度の給食が始まりました。給食時間は健康教育の一環として、望ましい食生活を送れるよう、自己管理能力を育てる事や、正しい食事のあり方について理解する事を含んでいます。給食を「生きた教材」としてし、食べる事の意義、楽しさを学んでほしいと願っています。ぜひ、ご家庭でも給食についての話題をきっかけに食に関してお子さんと考える機会をもっていただけたらと思います。

【5月の献立】

1年生も給食に慣れてくる頃なので、できるだけたくさんの食品を使用した献立を作成しました。

◎行事食 5月1日「こどもの日」

たけのこごはん ぶりのたつた揚げ みそ汁 かしわもち

◎新献立 5月13日「はなまるスープ」

なると、豆腐、とり肉、野菜を使用し、かつおぶしでとった出汁と素材のうま味を生かしたスープです。なるとの模様を「はなまる」に見立てています。

◎新献立 5月19日「かつおと大豆のさっぱりあえ」

季節の食品のかつおと大豆に片栗粉をまぶして揚げ、レモン果汁を使用したソースで和えます。不足しやすい鉄分がとれるさっぱりとした主菜です。

◎季節の食品

グリーンアスパラガス キャベツ 新じゃが芋 たけのこ にら にんにく メロン かつおしらす干し わかめ

★「早寝早起き朝ごはん」で元気な体★

クラスにも少しずつ慣れてきた頃かと思いますが、新生活の疲れがたまってくる時期です。栄養と休養を十分にとり連休中も「早寝早起き朝ごはん」で元気な体を作ってほしいと思います。

早寝 早起き 朝ごはん

5月5日 端午の節句

かしわの葉は新芽が出るまで古い葉が落ちないことから、「家系が途切れない」という縁起を担いで、端午の節句でかしわもちを食べるようになりました。

(お知らせ)

令和8年5月分より家庭配付献立表がペーパーレス化となります。川崎市の公式ウェブサイトにて毎月掲載されていますのでご確認ください。また、毎月の給食だよりの裏面に配り方表を載せていますので、ご活用ください。