

# 給食だより

令和6年 6月12日  
川崎市立宿河原小学校  
校長 堀川 勝也  
栄養士 景山 千尋

梅雨入りも近づいてきました。これから夏にかけて気温も湿度も高くなり、蒸し暑く過ごしにくい日が増えます。特にこの時期からは食中毒の発生が多くなります。十分に注意してください。しっかり食事、しっかり運動、そしてしっかり睡眠を心がけ、元気に過ごしてほしいです。

## 6月自校献立のお知らせ

★★ メニュー ★★  
6月13日 実施

ソフトフランスパン・牛乳・夏野菜のトマトグラタン・ボイル野菜・手作りかつおドレッシング

地域の三竹様の畑で収穫させていただいた、玉ねぎとじゃが芋を使用します。玉ねぎは現3年生が地元農家の三竹様の畑で収穫しました。腐らないように、給食委員会の子ども達が日陰干しをしました。玉ねぎとじゃが芋はグラタンに入ります。

### 【夏野菜のトマトグラタン】 1人分可食量(g)

油	0.5g
鶏肉	30g
玉ねぎ	25g
人参	10g
なす	10g
ズッキーニ	10g
塩	0.5g
こしょう	0.03g
トマト水煮	20g
ケチャップ	5g
チーズ	6g
油	5g
小麦粉	5g
牛乳	51.5g
じゃが芋	30g
粉チーズ	3.5g
パン粉	0.7g

### 【和風かつおドレッシング】 1人分可食量(g)

水	1.5g
酢	3g
醤油	4g
砂糖	1.5g
ごま油	0.5g
けずり節	0.2g
片栗粉	0.1g

夏の湿気や日々の疲れがたまる季節です。夏野菜のビタミンや旬のおいしさを味わってもらうために、このグラタンを選びました。牛乳の味や野菜が苦手でも、グラタンにすると食べられる子どもも多く、少し食事に気が進まなくても、「一口食べてみようかな・・・」と、食べてみて欲しいなと思います。

天候も落ち着かないこの季節、大雨で野菜の育ちが思うように進まない事も多かったと、三竹さんがおっしゃっていました。そのような中、新鮮な新玉ねぎと新じゃが芋をたくさんグラタンに使って子ども達の元気と笑顔になれる給食を作りたいと思います！

## 保護者の皆様へ

- ・コロナが5類に移行となりましたが、給食当番の時はマスク着用となります。給食用のナフキン・マスク・ハンカチは必ずお子さんに持たせていただきますよう、よろしくお願いいたします。
- ・給食当番用の白衣アイロンがけのご協力どうもありがとうございます。アイロンの熱で殺菌し、次の当番のお子さんが気持ちよく使えるように、お忙しい中ですがご協力よろしくお願いいたします。