

給食だより

9月になりましたが、まだまだ残暑の厳しい日が続きます。夏休みの間に、つい夜ふかしや朝寝坊をしてしまい、生活リズムが乱れていませんか？体調を崩しやすい時期ですので、早寝早起きをし、生活リズムをととのえて元気に過ごしましょう。

9月の給食

● 季節の食品

とうがん きゅうり ピーマン トマト さやいんげん なす 梨

梨は8～10月に旬を迎える果物です。皮の色によって、「青梨」「赤梨」の2種類に分けられますが、今回は豊水という「赤梨」を使用します。梨のシャリシャリとした食感、お腹の中をきれいにする働きがあります。

● 新献立「カレーこぶきも」(30日)

塩で味付けする粉ふき芋に、カレー粉を加え、食べやすくした献立です。じゃが芋は、主に体のエネルギーになる黄色のグループの食べ物です。また、ビタミンCがたくさん含まれているのも特徴です。じゃが芋の優れているところは、熱を加えると壊れやすいビタミンCが壊れづらいことです。外国では、ごはんやパンの代わりにしている国もあるそうです。



給食費のお知らせ

給食費は各ご家庭でご指定の口座から徴収いたします。9月分の引き落としは9月30日となっております。よろしくお願いいたします。

裏面もお読みください。

7月

しょくいく じゅぎょう おこな

食育の授業を行いました！

7月に、4年生で担任と栄養士が連携して食育の授業を行いました。
水分の体内でのたらしきについて学び、水分のとりかたについて考えました。



すいぶん かんが がつつ 水分のとりかたを 考えよう(学活)

7月19日自校献立

「世界の料理：フランスの料理を知ろう」

7月最終日の給食は、パリオリンピック・パラリンピックの開催に合わせて、フランス風の献立にしました。

フランスのプロヴァンス地方では、トマトやにんにくが使われた料理が作られます。今回は、あじにプロヴァンス風のソースをかけていただきました。「ソースとパンが合う！」「トマトにがてだけで、このソースなら食べられた！」と言っている子がいました。

ジュリエンは、フランス語で「千切り」を意味します。千切りに切られた野菜のスープです。中に入ったトマト、さやいんげんは片平小の地域で育ったものを使用しました。とてもみずみずしく、おいしいトマトが届きました。

デザートのアイスは、アンケートをとり、それぞれが食べたい味を選びました。

「オー・シャンゼリゼ」を聞きながら楽しそうに食べていました。

→給食時間に使用したスライドです。

片平の学区で育ったトマトを身近に感じていました。

献立の目録

- ソフトフランスパン
- 牛乳
- あじのプロヴァンス風
- ジュリエンスープ
- アイス(いちごまたはヨーグルト)



きょうのポイント
7月19日(金) 自校献立 フランスの料理を知ろう

来週から開催されるパリオリンピック・パラリンピックに合わせてフランス風の献立にしました。ゆうがなをもちていただきます。

4年に1度、世界中の国の人が集まるスポーツ大会です。

今日のトマト・さやいんげんは片平の農家の方が育てているものです！

さやいんげんの花はよく見てスープに使っています！

1600本のトマト畑！

きょうのごんたて	お弁当のつくりかた	アレルギー対応	きょうの献立
ソフトフランスパン		ソフトフランスパン	
あじのフランス風	あじのフランス風		
あじのプロヴァンス風	あじ		にんにくアレルギー、小麦アレルギー、卵アレルギー
ジュリエンスープ	パセリ		卵アレルギー、小麦アレルギー、牛乳アレルギー
デザート(イチゴまたはヨーグルト)	ヨーグルト	ヨーグルト	

おいしいソースになりました！

給食室から

まだまだ残暑が厳しく、食中毒事故も心配な時期です。夏休み中、調理員さんたちは給食室の清掃・整頓だけでなく、子どもたちが毎日使っている食器や食缶、はしや、スプーンなどをピカピカにし、新学期に気持ちよく給食を食べてもらえるよう、がんばって作業をしていました。

9月2日(月)より、給食が始まりました。12月24日(火)で、年内の給食は終了する予定です。今後も安全でおいしい給食づくりに努めていきます。保護者のみなさまにも引き続き、ご協力をお願いいたします。