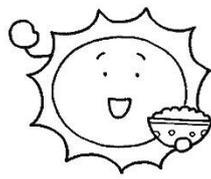


給食だより



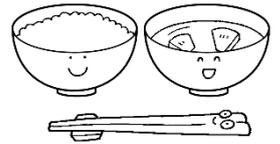
発行日 令和7年1月30日

No.10

川崎市立宮崎台小学校 給食室

うちのひとといっしょによみましょう

食事の役割は、成長や健康のためにエネルギーや栄養素をとることだけではありません。家族や友だちと食事をする事で、人とのつながりを深めたり心が和んだりします。楽しく食事をするためにどんな工夫ができるでしょうか。



2月の献立紹介

○寒い時期なので、温かい汁物や季節の食品をできるだけ多く取り入れました。

○節分の日にちなんで、3日に袋入りの「いり大豆」がつきます。

○28日(金)「かながわ産品学校給食デー」

ごはん 焼きのり 牛乳 さばの塩焼き キャベツのおかかあえ 豆腐と大根のトロみ汁
神奈川県内産の米、焼きのり、牛乳、キャベツ、大根を使用した献立です。

○季節の食品

キャベツ ごぼう 小松菜 セロリ 大根 長ねぎ 白菜 ブロッコリー ほうれん草 のり

1月16日(木)自校献立を行いました。

メニューは「ごはん・ジャンボ揚げぎょうざ・しょうゆラーメン・牛乳・オレンジゼリー」です。炭水化物(体のエネルギーになるもと)の栄養価が高くなってしまったため、ごはんは普段の半分の量(精白米35g・40g・45g)で提供しました。

ジャンボ揚げぎょうざの皮は直径13cmのものを使用しています。

調理室では約900人分の餃子を、肉をこねるところから始まり、1つずつ包んでいます。

どの献立も大人気!!残量はとても少なかったです♪



↑ 自校献立



↑ 揚げたてのぎょうざ



↑ 1年生の様子♪