

食育だより

令和5年4月21日

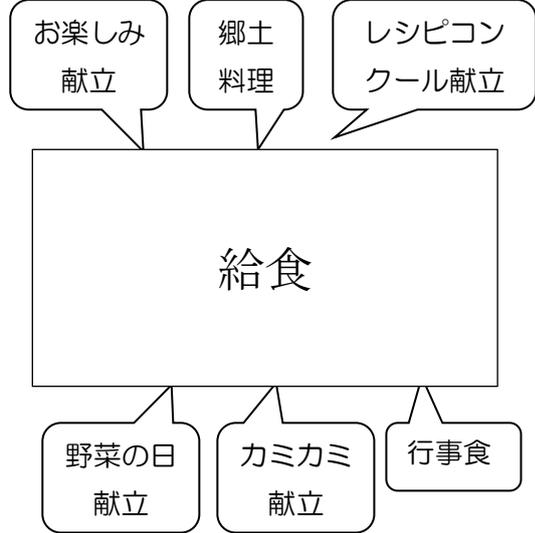
栄養教諭 赤宗道子

ご入学、ご進級おめでとうございます。子ども達の健やかな成長のため、学校や家庭、地域の皆さんと協力して、食育に取り組んでいきたいと思ひます。本校の食の教育のためにご家庭や地域の皆さまのご協力をお願いしします。

令和5年度の学校給食について

学校給食の食事内容は、「児童又は生徒一人当たりの学校給食摂取基準」が定められています。家庭で不足しがちな栄養素がとれるように考慮しながら、栄養バランスのよい給食を作っています。

また、今年度もバラエティ豊かな給食になるよう、レシピコンクール献立やお楽しみ献立、カミカミ献立、日本各地の郷土料理や世界各国の料理を取り入れていきます。楽しみにしててください。



給食当番の服装を確認しましょう

衛生的な恰好で、当番ができていますか身支度チェックをしてみましょう。
給食当番の時はマスクが必要です。ご家庭でご準備よろしくお祈いします。
体調が悪いとき（発熱、下痢、嘔吐、腹痛など）は、給食当番をしないようにししましょう。

給食当番身支度チェック

- ①爪は短く切っていますか？
- ②石けんで手を洗いましたか？
- ③白衣（エプロン）はきれいですか？
- ④髪の毛が帽子（三角巾）からでていませんか？
- ⑤マスクをつけていますか？



☆給食調理士さんの紹介☆

～よろしくお祈いします～

曾根東小学校の給食は「日米クック」に委託して、作っていただいています。
7名の調理士で、曾根東小学校の給食を作っています。

今年度より曾根東小学校の栄養教諭を務めます赤宗道子です。
学校給食を通して子ども達と一緒に食について考えていきたいと思ひます。
相談・質問がありましたら気軽にお知らせください。

ねんせい きゅうしょく 1年生の給食がスタートしました！



4月20日(木)より1年生の給食が始まりました。

1年生初めての給食は「小さいパン、牛乳、ミートソーススパゲッティ、ツナサラダ」でした。

教室へ行くと「おいしいです。」とたくさん声をかけてくれました。苦手な食べ物がある子もいるかと思いますが、少しずつ小学校の給食に慣れていってほしいと思います。

ねんせい
1年生のみなさんこれからたくさん給食を
た げんき せいちょう
食べて、元気に成長してくださいね。

給食レシピ

おうちで給食！

にんじんシリシリ



【材料】4人分

まぐろ油漬け	20g
にんじん	140g
サラダ油	小さじ1
みりん	小さじ1/3
しょうゆ(こいくち)	小さじ1と1/2

【作り方】

- ① サラダ油を熱し、にんじんを炒める。
- ② しょうゆ(こいくち)とみりんで調味し、炒める。
- ③ まぐろ油漬けを加えて、炒める。



※家庭向けに作り方をアレンジしています。

牛乳についての記事을載せています。

紙面にて配布しています。