

給食だより 4月号



令和 5年 4月 10日
江戸川区立平井西小学校
校長 藤澤 優子
栄養士 兼岡 沙弥香

ご入学、ご進級おめでとうございます。新入生の皆さんは、これから始まる学校生活に期待と不安でいっぱいのことと思います。在校生の皆さんは、学年がひとつ上がり、心機一転やる気に満ちているのではないのでしょうか。皆さんが安心して、楽しい給食時間が過ごせるよう、安全・安心・美味しい給食づくりに努めてまいります。一年間、よろしくお願いたします。

給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

<h3>食事の重要性</h3> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h3>心身の健康</h3> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で、望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<h3>食品を選択する能力</h3> <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<h3>感謝の心</h3> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<h3>社会性</h3> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<h3>食文化</h3> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

出典：文部科学省『食に関する指導の手引―第二次改訂版―』(H31.3)

今月の給食目標は、

「上手に準備・片付けをしよう！」です。

給食当番の衛生チェック

- 髪ので ぼうしをかぶる
髪が長い人は 結びましょう
- マスクで鼻と口をおおう
- 手はせっけんできれいに洗う
爪は短く切って おきましょう
- 清潔な白衣(エプロン)を身に着ける
- 清潔なハンカチを用意する
- おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。
- 白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

☆給食のひみつ☆



☆栄養バランスのよい食事のモデル☆

江戸川区の小学校では、「江戸川区学校給食実施基準」に基づいて、給食の献立を作成しています。主食、主菜、副菜、汁ものや果物を組み合わせて、栄養バランスが整った献立を考えています。また、行事食や日本の郷土料理、旬の食材を取り入れ、学校給食を通して食について学べるように作成しています。



☆給食室の手作り☆



江戸川区では、手作りの給食を心掛けています。カレーライスのルーは小麦粉とバターから、コロッケはじゃがいもを蒸すところから、給食室で行っています。だしは天然のだしを使い、和食はかつお節、洋食はとりがらからじっくりだしをとっています。

☆新鮮な小松菜が届けられる☆

江戸川区の小松川地域で生まれたことから名前がついた「小松菜」は、江戸川区が東京23区内でトップの収穫量を誇ります。本校では、江戸川区本一色の小松菜農家と契約し、新鮮できれいな小松菜を納めてもらっています。



□保護者の方へのお願い□

・給食当番は、毎週金曜日に給食用白衣を持ち帰ります。ご家庭で洗濯をしていただき、アイロンをかけて休み明けに持たせてください。ボタンのとれ、糸のほつれなどがありましたら、お手数ですが補修をお願いいたします。また、ランチョンマットは各個人でのご用意をお願いいたします。