

4月給食たより

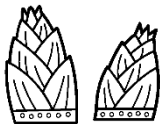
令和7年4月7日
江戸川区立南葛西第二小学校

～4月の献立より～

18日 たけのご飯

たけのこは、土の上に芽が出て10日ほどで竹になってしまふほど成長が早い春が旬の野菜です。

たけのこをご飯と一緒に炊き込み、たけのこの歯ざわりと香りを楽しみます。



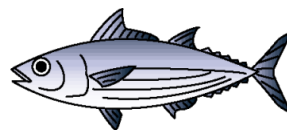
23日 アスパラサラダ

アスパラガスは春が旬の野菜です。日光に当てて育てると緑色のアスパラガスになり、特有の香りが強くなります。

15日 かつおの角煮

かつおには、春と秋の2つの旬があります。春のかつおは「初かつお」と呼ばれ、秋のかつおは「戻りがつお」と言われます。春の物はさっぱりとした味をしているのに対して、秋の物は脂がのった濃厚な味わいが特徴です。

給食では、旬のかつおをから揚げにして、甘辛いたれで煮た、かつおの角煮を作ります。



～学校給食について～

学校給食は、子供たちの心身の健やかな育成を図るため、教育の一環として位置付けられています。給食は7つの目的に基づいて実施しています。

【学校給食 7つの目的】

- 1 自分から栄養に気を付け、好ききらいなく食べ、健康な体をつくります。
- 2 食事についての正しい理解と望ましい食習慣を身に付けます。
- 3 学校生活を楽しく豊かなものにし、明るい社交性を養います。
- 4 食べ物が自然の恵みであることを理解し、生命や自然環境を大切にする態度を養います。
- 5 食生活がさまざまな人に支えられていることを学び、感謝する態度を養います。
- 6 わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めます。
- 7 食べ物はどのように作られて、輸送され、消費されていくかなどの理解へと導きます。

子供たちにとって、

これら一つ一つのことが給食時間の大切なめあてになります。



ご入学・ご進級 おめでとうございます

給食の調理は、今年度も引き続き葉隠勇進株式会社が担当します。調理員さんと協力して、安全・安心でおいしい給食を作っていきますので、1年間よろしくお願いたします。

〔給食担当〕

栄養士 藤本志穂



規則正しい生活をしよう！



元気で丈夫な体をつくるためには、食事・運動・睡眠をきちんととり規則正しい生活リズムをつくるのが大切です。

早起きをして、朝ご飯をしっかり食べることから始めるといいですよ。