



食育だより

令和元年
5月

5月にはいり、春が旬のたべものが次々と給食室に届くようになってきました。

10日には、2年生がグリーンピースのさやむき、6月には、1年生がそらまめのさやむきをしてくれます。6年生は、陸上大会間近です。早寝・早起き・朝ごはんをしっかりとこない、大会当日は、練習の成果を十分発揮できるといいですね。

毎月19日は
食育の日

4月の人気献立ベスト3

栗橋小学校では、毎日の給食の残りの量を給食室ではかっています。4月の献立の中で、残りの量が少なかった日の献立を紹介します。

1位(10日): 0.5%

コッペパン
フランクのマッシュルームソース
きゅうりときゃべつのサラダ
ポトフ

*今年度1日目の給食でした。



残さない
それがみんなの
ありがとう



2位(12日): 1.2%

麦ごはん 厚焼きたまご 肉じゃが
ほうれん草のお浸し

*鹿児島産の新じゃがを使った肉じゃがは、好評だったようです。



3位(15日): 2.2%

麦ごはん マーボーどうふ
はるさめサラダ

*10日から給食が始まり、はじめの数日は、1年生にも食べやすい献立を組み合わせました。

*4月は平均2.7%で全体的に残りが少なかったです。今後も、献立や調理面での工夫もしていきますが、苦手だと思えるものでも、ぜひ、一口は食べて、どんな味なのかをみてほしいと思います。

*15日の児童集会で、委員会のアピール集会が行われ、給食委員会では、6年生の金井委員長さんが、日常の活動を紹介しました。給食前のチェックリストの確認のこと、給食黒板の記入やお昼に放送で、その日の食材や献立についてお知らせしていることなどです。また、配膳台の点検の様子から、台や台拭きを衛生的に使うよう呼びかけて終わりました。



食育の日・朝ご飯しらべ

今年度も食育の日に、朝ご飯調べを行います。栗橋小学校の食育の目標は「朝食欠食ゼロ・給食お残しゼロ、しっかり食べて体の中から健康になろう！」です。昨年度の朝ごはん調べでは、ゼロは達成できませんでしたが、朝ご飯は、脳にエネルギーを補給する大切な食事です。そして、発育盛りの小学生にとっては、1日3回の食事は大変重要で、1度でも欠かすことはできません。毎朝、必ず食べてきましょう。また、食べない習慣のある人は、まず、食べることから始めてみましょう。

グリンピースさやむき体験

10日に2年生がグリンピースのさやむきを体験しました。

「おいしいですか？」の問いに、多くのお友だちが、空になった食器をみせてくれました。



1クラス分です

やれることからチャレンジ!

～お弁当の日 5月30日～

小学校では、お弁当作りをお家の方だけにおまかせするのではなく、できることをやってみよう！と呼びかけています。そして、いつか自分でお弁当が作れることを目標としています。今回のお弁当の日には、どんなことができるのかを考えてみましょう。(チェックをしましょう)

- おうちの方からお料理を教えてください。
- 献立を考える。
- お弁当箱につめる。
- お米をとぐ。
- 一緒に買い物に行く。
- おかずを作る。
- おにぎりをつくる。
- ひとりでお弁当をつくる
- 食べ終わったお弁当箱をあらう



★栄養教諭の教育実習生がきています。山田みのりさんです。5月20日から24日の1週間で、6年3組を中心に、担任の先生との食育の授業や給食時間の一言指導などに取り組んでいきます。「貴重な時間をいただきありがとうございます。1週間という短い期間ですが、いろいろな事を学びたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。山田」

