

7月 給食だより



平成30年6月27日

練馬区立中村西小学校

校長 澤嶋 克己

栄養士 宗川 由佳

梅雨があけ、ついに夏がやってきます。梅雨明けの蒸し暑さのせいで体がだるくなり食欲が衰えてくる時期です。給食では調理員さんが暑さの中で衛生管理に気を付けながら調理をしています。また献立には夏ならではの食材や食欲をそそるような味付けなどみんなが暑い中でも食べたくなるようなメニューを取り入れています。

すい ふん ほ きゅう

やく そく

水分補給と3つの約束



②飲み物の種類に気をつけよう

ふだんは水かお茶を。
甘いジュースでは水分補給にはなりません。



①のどが渴く前に飲もう

汗をかく前にこまめに飲むようにしましょう。



上手な水分補給で、熱中症を防ごう！

③飲みすぎに注意しよう

一度にたくさん飲むと胃や腸にふたんがかかるります。



☆☆☆献立紹介☆☆☆

◎4日水曜日：七夕献立

少し早めの7月7日の七夕に合わせた七夕献立です。夏ちらしと、星形麩の七夕そうめん汁を作ります。

◎9日月曜日：とうもろこし

旬のとうもろこしの皮むきを2年生の子供たちがお手伝いしてくれます。

◎20日金曜日：お楽しみ献立

この日は夏休み前給食最終日。使用食材を見て予想してみるとおもしろいかもしれませんね。

●●食べたいメニューを選んでもらう「中西総選挙」を実施しました。●●

給食委員会のみなさんにご協力いただき、夏休み最終日に食べたいデザートを各クラスで

①「みかんシャーベットアイス」②「フルーツパンチ」③「フルーツのヨーグルト和え」中から選んでもらいました。

最終日には一番人気のデザートが登場します。給食委員の皆さん・児童の皆さんご協力ありがとうございました！

☆給食へのご理解・ご協力ありがとうございました！！☆

夏休み前の給食も7月20日で終了します。どの給食が一番おいしかったですか？初めての給食でどきどきわくわくだった1年生もこの三ヶ月ほどで給食当番や配膳が上手にできるようになりましたね。給食室の調理員さんは、残菜なしで戻ってくる食缶や「ありがとうございました」「ごちそうさまでした」というみんなの元気な声がとても大きな励みになっています。夏休み期間中に給食室では点検や清掃作業を行います。そして元気いっぱいに登校してくるみんなと再会し、気合いを入れて給食をスタートしたいと思います。

給食費は7月27日金曜日・8月27日月曜日に引落されます。通帳をご確認ください。

（ご注意）学校給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日までの入金をお願いいたします。なお、未納の状況に応じて、必要な法的措置をとる場合があります。