

平成25年度

給食だより 5月号

練馬区立旭丘小学校

校庭の木々がきれいな緑色に色づき、風薫るさわやかな季節になりました。

朝晩と日中の温度差で体調を崩しやすい、また、新学期の緊張がほぐれて疲れが出やすい時です。連休中も早寝早起きを心がけ、きちんと朝食をとり、生活のリズムを崩さないように気をつけて過ごしましょう。



5月の給食目標は、『時間を守って食事をしよう』です。

新しい学年になって1カ月がたちました。新しい学年での給食のきまりは、きちんと覚えられましたか？今月は、きまりをもう一度見直して、時間を守って食事をすることが目標です。定められた時間内で給食を食べ終わることができるように、みんなで協力して給食の時間を過ごしましょう。



【見直そう 食事と生活のリズム】 朝ごはんは脳のスイッチ！

4月15日、6年1組の家庭科の時間に、朝ごはんの話をしました。朝ごはんを食べると、どんな良いことがあるのか？また、食べないと、わたしたちのからだはどうなってしまうのか？など、15分という短い時間ではありましたが、日ごろから子供たちに伝えたかった内容を話すことができ、とても良い機会でした。朝ごはんは、ただ空腹を満たすだけのものではありません。1日の生活のリズムをつくる上で、とても大切な食事です。毎日必ず食べてきてほしいと思います。

◆ 学校給食費の引き落としについて ◆

今月から給食費の引き落としが始まります。1回目の引き落とし日は、5月27日(月)です。

※2ヶ月分(4、5月分)の給食費が引き落としになります。

※1年生の引き落としは6月より始まります。どうぞよろしく願いいたします。

今月の献立から



2日(木) ☆ 子どもの日の献立 ☆

「中華おこわ」は、もち米入りのちまき風ご飯です。「竹輪の二色揚げ」は、竹輪にカレー粉とお茶の衣をまぶして油で揚げます。デザートは、新メニュー「いちごミルクプリン」です。

22日(水) ☆ お誕生日お祝いデー ☆

「オニオンドレッシングサラダ」は、旬の新玉ねぎをたっぶりすりおろして、ドレッシングを作ります。2種類のオレンジの果汁で作る「シトラスゼリー」は、初夏らしい、さわやかなゼリーです。



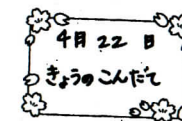
23日(木) ☆ 初がつおの揚げ煮 ☆



かつおの旬は春と秋の年2回あります。春が旬の「初がつお」は、脂が少ないので加熱するとパサパサしやすいですが、油で揚げて、ごま風味の甘じょっぱいれをからめました。子供たちがおいしく食べられるように、調理法を工夫しています。

1年生の給食がはじまりました！

まちにまった！1年1組の給食が、4月22日から始まりました。毎年初日の給食は、本当にドキドキです。分量は多すぎないかな？味つけは大丈夫かな？ちゃんと食べてくれるかな？・・・でも、そんな心配はいらなくらい、みんなとてもよく食べてくれました。初日からクラス全員、何と完食です！幸先の良いスタートに、ほっと、胸をなでおろしました。子供たちの食べ具合をみながら、少しずつ、いろいろなメニューを出していきたいと思います。



給食と一緒に、
こんぱお手紙を
つけています。

二色サンド

いちごマヒマヒマヒの二色サンドです。

パンは、はいがパンと、くさとうパンです。

春のクリームソーダ

香キャベツ、新玉ねぎ、新じゃが芋、春のみずみずしい野菜と、ふりのクリームソーダです。

くだものは、デコポンです。あまくておいしいです。

今日からいよいよ1年生の給食が始まります。この日が来るのが、とても待ち遠しかったです。今日はいちごマヒマヒマヒを入れて給食をいただきました。

おいしく味わって食べてくれたら、とてもうれしいです。よく分かって食べてね。