

5月給食だより



「早寝早起き朝ごはん」
運動シンボルマーク

練馬区立豊玉東小学校

生活リズムをととのえよう

新緑がまぶしいさわやかな季節になりました。子供達は新しい環境にも慣れてきた頃でしょうか。連休もあり、疲れがたままりやすい時期ですので、規則正しい生活とバランスのよい食事で子供達が元気に過ごせるよう、ご協力をお願いいたします。

食べ物のおまじないを知ろう！

食べ物には、体の調子や健康に大きく関係しています。毎日の食生活で、体の調子や健康を良く保つためには、3つのグループの食べ物をバランスよく食べることが大切です。

体の調子や健康になる「食べ物」がふくまれています。

黄



体の調子や健康になる「食べ物」がふくまれています。



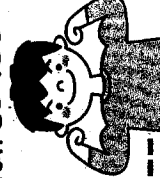
みどり

体の調子や健康になる「食べ物」がふくまれています。

赤



3つのグループの食べ物をバランスよく食べて、健康な体をつくらう！



毎月の献立表を、「主食」「主菜」「副菜」「デザート」で色分けして表示しています。ぜひご参考ください。



●今月のこんだてより●

5月、かつお・めばる・あじ・アスパラガス・山菜・そら豆・

グリーンピースなどの旬のものが登場します!!

・2日 5/1の八十八夜にちなみ「抹茶ミルクゼリー」です。

・6日 「中華ちまき」：こどもの日のお祝いに、竹の皮で包んだちまきを給食室で手作ります!

・18日 「藤之飯」：黒大豆と梅干しを入れて炊きあげたごはんです。

・19日 毎月19日は『食育の日』。今月は東京都八丈島の特産物「とびうお」を使ってドライカレーを作ります。

・23日 「そら豆」：2年生がさわむきをしてくれます。

・30日 生のグリーンピースをご飯に入れて炊き込みます。



きゅうしよくのじかん ~4月~

4月11日から1年生の給食が始まりました。子供たちは担任の先生が「大切なこと・気を付けること」など一つ一つ丁寧に説明くださることを真剣に聞きながら、一生懸命準備・配膳をしました。大きな声で「いただきます!」そして「もぐもぐタイム」「おいしかった!」「嫌いけど食べられた!」とこちそうさまのときは笑顔でいっぱいです。しゅもやたけのこなど、「初めて食べます!!」という子どもちらほら。みんな頑張って食べてくれました。

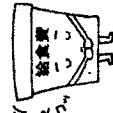
上級生たちも、新しい教室での給食準備・配膳、そして新しい学年での給食の量に慣れてきました。どんな体が大きくなる子供たち。食べる量も変わってきます。成長に合わせて、これからもしっかりと食べてほしいなと思っています。

★ 豊東小・豊二中・豊二小の三校で実施される「小中一貫教育」★
今月は6年生が5/10、5年生が5/20に豊二中に行きます。給食も連携メニューです。

【学校給食費のご協力にご協力をお願いします。】

今月の振替は5月6日(金)です。再振替日は16日(月)です。
4・5月の2カ月分ですのでご注意ください。

※1年生につきましては6月より振替開始となります。



◆4月に使用した食材の主な産地について◆

にんじん: 徳島県、玉ねぎ: 北海道、きゅうり: 群馬県、新ジャガイモ: 鹿児島県、さやいんげん: 千葉県
キャベツ: 神奈川県、パセリ: 千葉県、小松菜: 埼玉県、ごぼう: 青森県、大根: 千葉県
長ネギ: 千葉県、里芋: 愛媛県、生姜: 高知県、マンダリン: 愛媛県、美生柑: 愛媛県、愛媛県