

令和3年度

練馬区立田柄第二小学校

5月給食だより

校長 岩井 一雄
栄養士 近藤 映美

気温も暖かくなり、過ごしやすい時期になりました。新しいクラスや環境でスタートした給食時間にも、この1ヶ月で慣れてきたようです。

明日から連休となりますが、不規則な生活をする、体調が崩れるだけでなく、せっかく4月に身につけた正しい生活習慣まで崩れてしまいます。学校がお休みでも、「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活を心がけてほしいと思います。



1年生給食「いただきます！」

1年生の給食が始まって3週間がたちました。給食準備も徐々に慣れてきたように思います。



がんばるぞ！

子供は、「苦手だけど食べられた！」「この食材何？」などいろいろなお話をしてくれます。給食に興味をもち頑張っている姿を見ると、とても嬉しいです。これから、給食を通して食について学び、丈夫な体を作ってほしいと思います。

5月の給食目標 食事のマナーを身につけよう

みなさん、食事のマナーは守られていますか？食事のマナーは、一緒に食べる周りの人の気持ちになり、考えることが大切です。みなさんは次のようなことをしていませんか？

口に食べ物が入ったままおしゃべりをしていませんか？ 	「がちがち」と食器の音を立てていませんか？ 	ひじについて食べていませんか？
周りの人とふざけていませんか？ 	食べている途中で立ち歩いていますか？ 	箸のマナー違反はしていませんか？

「良い姿勢で食べること」「食器を持って食べること」

も大切な食事のマナーです。



あてはまる人は、食事のマナーがよくありません。食事の仕方を振り返り、食事のマナーをしっかり守りましょう。

5月が旬の食材

野菜	うどん 空豆	かぶ レタス	春キャベツ じゃがいも	新ごぼう たけのこ	グリーンピース アスパラガス	さやえんどう
魚	鰻 鯖	鯖	鰹	飛び魚	きびなご	
果物	甘夏	夏みかん	いちご	メロン		

5月の献立から

- 6日(木) 中華おこわ … 5月5日の端午の節句に合わせて、おこわを作ります。抹茶ゼリー … 茶摘み・新茶の時期にちなみ、抹茶ゼリーをつくります。
- 11日(火) 藤の花ごはん … お米と黒豆・酢と一緒に炊き込むと、ほのかに紫色に色づいて、藤の花のよう。この時期にピッタリなごはんです。
- 12日(水) ゆで空豆 … 2年生に「空豆」のさわむきをしてもらいます。丁寧むいた空豆をシンプルに塩ゆでして、給食で食べます。



★ 郷土料理「東京都」
・深川飯



昔、深川地域(今の江東区)では、あさがりが多くとれました。そのあさりを使った炊き込みごはんを「深川飯」といいます。

・メダイのつみれ汁



メダイは、東京都八丈島の特産品です。そのメダイをつみれにし、汁にいれて食べます。八丈島は、黒潮というあたたかい海流に魚が集まるため漁業が盛んです。キンメダイ・トビウオ・ムロアジ・メダイなどがとれます。

★ 世界の料理「スペイン」



・パエリア

スペインのバレンシア地方発祥の料理です。いかやえび・貝などの魚介類や玉ねぎなどをサフランで黄色と香りをつけた炊き込みごはんです。

「パエリア」とは、バレンシア語で「フライパン」を意味します。浅い鍋で作り、そのまま食卓に出てくるそうです。

給食では、サフランの代わりにターメリックを使います。

給食費納入のご協力をよろしくお願いいたします

今年度最初の引き落としは、5月11日(火)です。

※2回目は5月25日(火)です。

【引き落とし金額】	1年生:5,500円	2年生:5,500円	3年生:5,800円
	4年生:5,800円	5年生:6,200円	6年生:6,200円

以上のように引き落とされますので、お間違いないようお願いいたします。引き落とし日の前日までに通帳残高のご確認をよろしくお願いいたします。※教材費もあわせて引き落とされますので、ご注意ください。

お休みに入ります。ありがとうございました。

私ごとですが、5月から産休・育休でお休みをいただきます。今まで色々な方に支えられながら、ここまで安全に過ごすことができました。本当にありがとうございました。