



5月 給食だより

平成29年 4月 28日
練馬区立光が丘四季の香小学校
校長 高野 博文
栄養士 初瀬 早紀

新年度が始まり1ヶ月がたちました。新しいクラスには慣れてきたでしょうか？

4月17日から、1年生の給食が始まりました。給食当番さんも給食を受け取る子供達もそれぞれしっかりと自分の役割を果たし、上手に給食準備が出来ています。これから、友達と一緒に食事をする事で、苦手な物が食べられるようになったり、食べられる量が増えたりと、健康な体をつくるために必要な食事の習慣を身に付けてほしいと思います。

給食室紹介



毎日、正規調理師3名、パート社員6名で、12時すぎの給食時間に合わせて、心を込めて子供たちのために一生懸命に作ってくれています。

チーフ：大形 忠明

給食室のリーダーです。毎日、美味しい給食を作るために、素晴らしいリーダーシップを発揮してくれています！

サブチーフ：内田 つぐみ

給食室のサブリーダーです。去年まで、三番手として四季の香小で給食を作っていました。しっかり者で毎日丁寧に作業を行ってくれます！

社員：石村 夏子

給食室の三番手です。今年、四季の香小にやってきました。チーフ、サブチーフの指示をよく聞き、しっかりと作業を行って来ています！

給食を残さず食べて
体!!と心!!を養おう
大形忠明



今年が新しい心で
しっかり食べてい。
おいしい給食を作るように
頑張ります!!!
石村夏子

4月に使用した主な食材の産地

- | | | | |
|------------|-----------|-----------|-------------|
| ○にんにく 青森県 | ○玉ねぎ 北海道 | ○人参 宮崎県 | ○じゃが芋 鹿児島県 |
| ○竹の子 愛媛県 | ○いちご 佐賀県 | ○徳島県 | ○蓮根 茨城県 |
| ○キャベツ 神奈川県 | ○大根 千葉県 | ○小松菜 埼玉県 | ○もやし 栃木県 |
| ○赤ピーマン 茨城県 | ○りんご 青森県 | ○にら 茨城県 | ○白菜 茨城県 |
| ○玉ねぎ 北海道 | ○ねぎ 千葉県 | ○青梗菜 茨城県 | ○ごぼう 青森県 |
| ○生姜 高知県 | ○セロリ 静岡県 | ○アスパラ 長野県 | ○ブロッコリー 愛媛県 |
| ○ピーマン 茨城県 | ○里芋 埼玉県 | ○しめじ 長野県 | ○清美オレンジ 熊本県 |
| ○パセリ 千葉県 | ○きゅうり 群馬県 | | |

旬の食材を使って

- ***そらまめ*** そらまめはたんぱく質、ビタミンB1、B2、C、カリウム、鉄、銅などをバランス良く含みます。
- ***かつお*** 春に出回る「初がつお」は、低脂肪で良質のたんぱく質を含みます。
- ***グリーンピース*** えんどう豆が完熟する前の未熟な実です。新鮮な緑色、香りが楽しめ、料理に彩りをそえます。
- ***よもぎ*** 日本全国に生える、薬草の一種です。特有の香りがあります。
- ***グリーンアスパラガス*** 日光を浴びて育つグリーンアスパラガスはホワイトと比べビタミン、ミネラルが豊富です。

5月の給食から

5月 2日 八十八夜献立

八十八夜とは立春から数えて八十八日目のことです。この時期に新茶の収穫が行われます。収穫されたお茶は渋みや苦みが少なく、香りが高く美味しいです。

5月 7日 こどもの日献立

こどもの日は、奈良時代から病気や悪いことをさけるための行事として行われてきました。給食では、竹の皮で餅米と具を包んで蒸す中華ちまきを出します。一つ一つ給食さんが丁寧に包んでくれます。

5月10日 地場産物：東京うど

10日は練馬区でとれた東京うどを使います。「東京うど」は、江戸時代に生産が始まり、現在も東京都内各市場に出荷され、東京を代表する野菜となっています。

5月15日 先生の郷土料理～養護 園枝先生：福岡県～

養護教諭の園枝先生のご出身地である、福岡県の郷土料理を園枝先生に聞いて出します。

5月19日 パワーアップ給食

5月20日の運動会に向けて19日はパワーアップ給食としてみそかつ丼を出します。練習の成果を出し切って元気いっぱい頑張ってください。

5月25日 おたんじょうび給食

5月のおたんじょうび給食は25日です。楽しみにしててください。

5月26日 世界の料理～フランス～

5月はフランスの料理を出します。
*ラタトゥイユ：ラタトゥイユはフランス南部地方を代表する野菜料理で、トマトやなす、ズッキーニなどを煮込んだ料理です。

*キッシュ：キッシュは、卵とクリームを使って作るフランスの郷土料理です。

*ジュリエンヌスープ：細切り野菜の入ったスープです。

抹茶パバロア

中華ちまき

東京うどいりお浸

博多ラーメン

味噌カツ丼

おたんじょうびデザート

あの先生の

～ふるさとの味～

名前：園枝 雅亮

出身地：福岡県

自慢の郷土料理：博多ラーメン

郷土料理の紹介：博多ラーメン

とてもおいしいです。

子供たちに一言：とてもおいしい博多ラーメン

めいめい♡