

# 給食

## だより 12月号

令和5年11月27日  
横浜市立川和東小学校  
校長 高畠 聡  
給食部

夏休み明けから給食室の工事で給食停止となりなりましたが、無事に工事が終わりました。3か月間のお弁当期間中はご協力、ご対応をありがとうございました。

だんだんと寒さが厳しくなる中、作り立ての温かい給食を子どもたちに届けて、味わって食べてもらいたいと思います。しっかり食事をとることで体の中からも温まり、寒さに負けず元気に冬を過ごしてもらいたいです。

給食当番も始まりますので、衛生的に配ぜんができる身だしなみや、給食セット（マスク・帽子・ナフキン）を忘れないようにお声かけをよろしくお願い致します。

**給食再開日は12月1日（金）です。**



### 《12月の給食》

- 旬の食品を多く取り入れました。（こまつな、はくさい、だいこん、かぶ、ほうれんそう、みずな、りんご、みかん、ゆず、さば、たら）
- 12月22日の冬至にちなんだ食品を使った献立を取り入れました。（たらちり、かぼちゃのそぼろあんかけ）
- 体が温まる献立を多く取り入れました。（たらちり、つみれ汁、みそ汁、ほうとう、野菜スープ、かぶのスープ煮、肉団子とはくさいのスープ、ホワイトシチュー、ボルシチ）
- 風邪を予防する働きのある食品を多く取り入れました。（だいこん、かぶ、はくさい、こまつな、ほうれんそう、ねぎ、りんご、みかん）
- 旬の魚を使った献立を取り入れました。（たらちり、さばのあんかけ）

### 《川和東オリジナル》

- 12月の「小松菜・ほうれんそう・人参・大根」は、地域で採れた地場野菜を使用する予定です。
- 12月8日（金）は創立30周年を記念した独自献立となります。お配りした家庭配付用基準献立表とは献立が異なりますので、ご確認をお願いいたします。

**ごはん・牛乳・ハンバーグ和風ソース・すまし汁・焼きのり**

（使用材料などご不明な点はお問い合わせください）

給食委員会で児童と献立の内容を相談し、代表委員会で献立のメニュー名を考える活動をしました！また、焼きのりは30周年の記念キャラクターのイラストを使ったパッケージです。

**給食最終日は12月22日（金）です。**

**給食開始日は1月10日（水）です。**

12月最後に白衣を持ち帰りましたら、冬休み明けにまた学校へお持ちください。

給食当番後には白衣を持ち帰りますので、子どもたちが皆で気持ちよく使用できるように、必要に応じて白衣の修繕やボタン付けなど、ご協力をお願いいたします。また、洗濯後にはアイロンがけをしてください。帽子がゆるくなっている場合もありますので、ゴムが伸びていないか、髪の毛がきちんとしまえるかもご確認をお願いします。

## 来年度アレルギー除去対応申請について

横浜市では、食物アレルギーの除去食対応を行う場合には、医師の診断のもとに「学校生活管理指導表」「食物アレルギー対応票」をご提出いただいた上で、各校の対応を行っております。

単年度ごとの更新となっておりますので、現在対応を行っている児童のご家庭にはそれぞれ、次年度分の書類をお渡しします。書類がお手元に届きましたら、かかりつけ医に受診していただき、早めのご提出にご協力をお願い致します。

また、今後対応を要望される方には書類をお渡し致しますので、お問い合わせください。

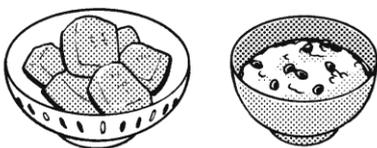
## 昔から伝わる行事を大切にしよう

### とうじ 冬至

冬至は、一年中で昼間がもっとも短く、夜がもっとも長い日です。この日に境に昼間が長くなっていくことから、太陽がよみがえる日も考えられています。かぼちゃや小豆がゆを食べたり、ゆず湯に入ったりする風習があります。

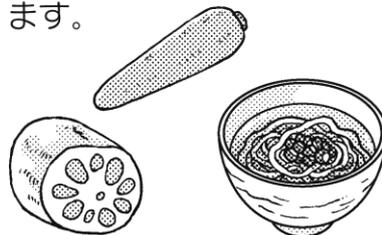
#### かぼちゃ・小豆がゆ

冬至にかぼちゃを食べるとかぜをひかないなどといわれています。小豆がゆの小豆は、赤い色が邪気をはらうとされています。



#### 「ん」のつく食品

れんこん、にんじん、うどんなど、「ん」のつく食べ物を食べると幸運につながるといういい伝えがあります。



#### ゆず湯

ゆずを浮かべた風呂に入ると、かぜをひかないといわれています。ゆずには、血行をよくする効果があります。

