

令和3年9月1日

保護者様

横浜市立元街小学校  
校長 宮城 篤

### 9月分基準献立変更について

日頃から本校の教育活動にご理解とご協力を賜り、ありがとうございます。  
さて、感染症対策強化のため「マスクを外して喫食する時間を短くする」「手で直接食品に触れる回数を減らす」等の観点から、9月の基準献立を一部変更する旨、教育委員会より通知がありましたのでお知らせいたします。

《9月の献立》

【変更前】

【変更後】

・16日（木）

はいがごはん、牛乳、  
豚肉と野菜のしょうが炒め、  
みそ汁、納豆



はいがごはん、牛乳、  
豚肉と野菜のしょうが炒め、  
みそ汁

・17日（金）

食パン、牛乳、ツナサンドの具  
野菜のスープ煮、ぶどう



食パン、牛乳、ツナサンドの具  
野菜スープ

・24日（金）

ぶどうパン、牛乳、  
メヒカリフライ  
じゃがいものソテー、野菜スープ  
チーズ



ぶどうパン、牛乳、  
メヒカリフライ  
じゃがいものソテー、野菜スープ

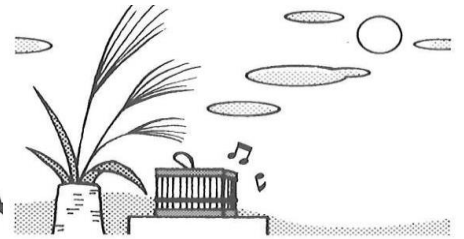
横浜市立元街小学校  
電話 681-7810

# 給食だより 9月号

令和3年9月1日  
横浜市立元街小学校  
校長 宮城 篤部  
食 育 部

一年間のうち食中毒が特に多く発生している時期です。  
給食室ではより一層の注意を心がけていきます。

これからも子どもたちにとって楽しく安全な給食の実施に、  
ご理解とご協力をお願いいたします。



## 献立について

☆☆感染症対策強化のための献立変更については裏面を参照ください☆☆

◎旬の食品を多く取り入れました。（なす、さば、かつお、なし）

◎十五夜（9月21日）にちなんだ料理を取り入れました。（月見汁）

◎敬老の日にちなみ、日本型食生活のよさを伝える献立を取り入れました。  
（ごはん、さばのみそ煮、ごまじょうゆあえ、とうがんのすまし汁）

◎残暑が厳しい時期なので、主食が食べやすい献立を多く取り  
入れました。（ピビンバ、豚角煮丼の具、いわしのかば焼き）

◎我が家の自慢料理入賞作品を取り入れました。  
（栄養満点丼）

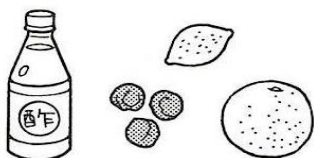


◎献立表やアレルギー情報はこちら

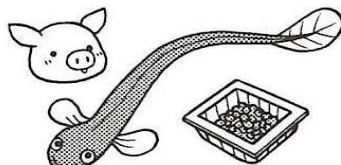
こうざい がっこうしょくいくざいだん  
（公財）よこはま学校食育財団ホームページ <https://ygs.or.jp>



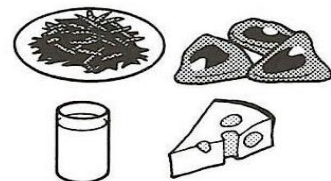
## 夏ばてにならないためにとりたい食品



梅干しや酢、かんきつ類などでクエン酸をとりましょう。クエン酸は、疲労回復などに欠かせない成分です。



豚肉などビタミンB1が豊富な食品をとります。ビタミンB1は糖質からエネルギーがつくられる時に必要な栄養素です。



鉄やカルシウムなどの無機質を多く含む食品をきちんととりましょう。