

給食だより

令和5年6月
横浜市立 中尾小学校
栄養職員 室岡由紀子

○6月の献立について

- ・食育月間にちなみ、学校における食育の視点に示されている食事の重要性や日本の食文化などを伝える献立を取り入れました。
- ・旬の食材を取り入れました。【きゅうり・トマト・ピーマン・さやいんげん・なす・メロン・あんず・いわし・きびなご・あじ】
- ・ぱくぱくだよりの主な内容例【かむことの大切さ・和食のよさについて知る】など
- ・日本の伝統的な食品を取り入れました。【梅干し・納豆・割干し大根・切干し大根】
- ・開港記念日（6月2日）にちなみ、開港の地である横浜の国際色豊かな食を意識して、横浜に関わりの深い国々の料理、ゆかりのある献立を取り入れました。【きびなごフライ・割干し大根・ちくわの磯辺揚げ・きんぴら】
- ・横浜市スポーツ振興課との取組みとして、「ベイスターズ青星寮カレー」を取り入れました。

○今月のピックアップ献立

6月19日（月）



はいがごはん
ベイスターズ青星寮
カレー
ごま酢和え
プルーン発酵乳

横浜 DeNA ベイスターズの選手寮である青星寮で愛されている「青星寮カレー」を、横浜市の給食向けにアレンジしたものです。

ベイスターズ青星寮カレーと通常のカレーの違いは、玉葱をあめ色になるまで炒める事や赤ワインやクミンパウダーを入れる事、じゃがいもが入らない事などです。他のカレーとの違いを感じたか、お子さんと話してみてもいかがでしょうか。



玉葱を炒めています



人参は乱切りでした

食中毒予防の三原則は、食中毒菌をつけない・増やさない・殺すです。

具体的には、肉や魚などを触った手で他の食材を触らない、料理を常温で放置しない、しっかり加熱するなどです。テイクアウトも注意が必要です。

暑い時期は特に気を付けましょう。

※「よこはま食育財団」のホームページには、食育や給食のレシピ、アレルギーに関する情報が掲載されています。「よこはま食育財団」でぜひ検索してみてください。