

給食だより5月号



令和5年 5月 9日
横浜市立折本小学校
校長 古屋 澄人
栄養職員 篠原智佳子

1か月が経ち、少しずつ新生活に慣れてきたと同時に、頑張ってきた分疲れが出てくるのが5月です。日頃から「早寝・早起き・朝ご飯」を意識して生活リズムを整えられるよう意識して過ごせると良いですね。給食は、バランスの良い献立になっているので、好き嫌いをせずにしっかり食べましょう。

5月の献立の特色

- 旬の食品を多く取り入れました。(かつお・あじ・わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・みつば・メロン・あまなつみかん)
- こどもの日にちなみ、行事食として五目ずしの具を取り入れました。
- 横浜開港記念日(6月2日)にちなみ、横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。(塩焼きそば・回鍋肉・スーラータン・アイスクリーム)
- 今月の地場野菜：「こまつな・きゅうり」

給食の様子

地場野菜を使用した時に食材を載せています。新鮮な旬の野菜を地場の農家さんから仕入れることができるのも折本小学校ならではの事です。



○今年度最初の給食 4/13(木)

- ・ごはん・牛乳
- ・生揚げのそぼろ煮・磯香あえ でした。

写真は基準量(中学年)の量です。

低学年は中学年の量の0.8倍

高学年は中学年の量の1.2倍になります。



○旬の果物

晩柑(ばんかん)を1/6カットにして提供しました。柑橘類は給食では多く取り入れているので、少しずつ上手に皮を剥けるようになっていけると良いですね。

○楽しく食べている1年生

5/8(月)新型コロナウイルスが5類に変更されるので、給食時間の過ごし方も変わっていく予定です。

給食の残食について



給食室では毎日どの料理がどの位残っているか測り、残食率を出しています。

4月最も人気だった主菜は「チリコンカーン」で3.1%でした。昨年度の4月のチリコンカーンは16.6%だったので、食べる力が付いてきました。一方、副菜の「コーンサラダ」は31.9%と多く残りました。この一年間で、野菜を好きになってもらえる取り組みもしていきたいと思えます。