

# しょくいく 食育だより 5月号



令和4年5月9日  
横浜市立新鶴見小学校  
校長 佐藤 朗子  
栄養教諭 金子 亮子

新緑がまぶしいさわやかな季節ですね。休日を楽しく過ごした子どもたちが、笑顔で思い出を話してくれます。「柏餅を食べたよ」「手巻き寿司を食べたよ」と、食の思い出をたくさん聞くことができ、うれしく思います。子どもの頃の食の記憶は、大人になっても忘れないものです。おいしい記憶がこれからもたくさん刻まれるよう、給食室でも安全でおいしい給食を作りたいです。

連休で、食べるものがいつもと変わったり、生活リズムが乱れたりすることもあったかと思ひます。ご家族で早寝、早起き、朝ごはんの習慣を取り戻し、毎日元気に過ごせるよう、健康管理をよろしくお願ひします。

## 【献立について】

☆自校炊飯 米飯の日に2学年ずつ、学校でご飯を炊きます(オーブンを使用ひます)。

20日(金) 5・6年 「はいがごはん」      23日(月) 個別級 「ごはん」  
30日(月) 1・2年 「麦ごはん」      31日(火) 3・4年 「はいがごはん」

10日(火) 基準献立にそら豆(一人2粒)を追加ひます。

1年生がさやむき体験をひます。x

※10日(火)に歴史博物館に行く6年生には 11日(水)の給食に追加ひます。

## ☆開港記念日(6月2日)にちなんだ献立

…1859年に横浜が開港して、今年で163年です。港町横浜らしい献立を給食でも提供ひます。

12日(木) スパゲッティナポリタン

…横浜のホテルで初めて出されたのが、ナポリタンの発祥と言われてひます。

19日(木) 塩焼きそば

…中華風に塩味をつけた焼きそばです。豚肉・いか・エビが入りうまみがたっぷりです。

25日(水) チャーハンの具・アイスクリーム

…中華料理のチャーハンを給食で再現するために考えた新献立です。デザートには馬車道から全国に広まったアイスクリームを取り入れました。

## 5月の旬の食材とメニュー

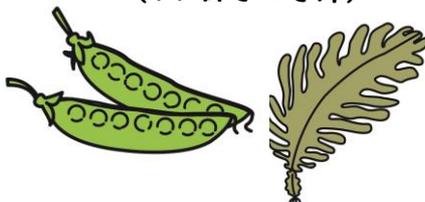
メロン (17日)



アスパラガス  
(9日ソテー)



さやえんどう・わかめ  
(11日さつき汁)



そら豆 (10日)



そら豆の名前は、さやが空をむいてつくことから「空豆」とつけられました。