## 食育だより 1月号



令和5年1月17日 横浜市立都田西小学校 校 長 三橋淳子 栄養教諭 山極 昌代

## \* 1月の献立から

- ○日本の伝統的な食文化を伝えるために、正月料理を取り入れました。(白玉雑煮、なます)
- ○給食週間にちなんだ献立を取り入れました。
- ・給食の歴史を伝える献立(ごはん・梅干し・焼きのり)
- ・横浜にかかわりの深い献立(すき焼き風煮)
- ・給食に関わる人に感謝の気持ちをもてる献立(とんかつ)
- ○冬においしい旬の食品を取り入れました。(ぶり、たら、ブロッコリー、ほうれんそう、 こまつな、ごぼう、はくさい、しゅんぎく、みずな、だいこん、ぽんかん、ゆず)

## \*都田西小の給食

○23 日(月) ミックスフルーツ→**ミックスフルーツ入りアセロラ寒天** 絵本「スイミー」の中の雰囲気をイメージし、<u>アセロラジュースで寒天ゼリー(アセロラ</u>

<u>ジュース、砂糖、粉寒天、水)</u>にします。ミックスフルーツのフルーツは一緒に入れます。 ○24 日(火)ポークカレー→<u>こまったさんカレー</u> 児童書「こまったさんのカレーライス」を

題材にカレーを作ります。カレールーを作らず、米粉でとろみをつけます。

マーガリン、りんごペーストは使いません。

○25日(水) とんかつのソース (ウスターソース 中濃ソース)

→**みそソース**(八丁みそ、みりん、酒、砂糖、水)

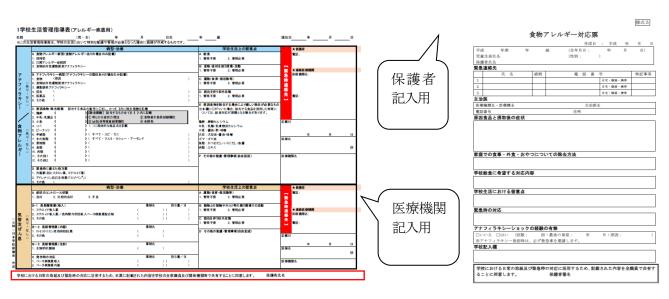
<u>みそ汁に三浦市のだいこん葉を入れます。神奈川県産の食材に関心をもち、みそ汁の</u> 実の種類として使用できることを知る。

○1月の横浜市内産野菜は、こまつな、ほうれんそう、白菜の予定です。

## \* 令和5年度へむけて、食物アレルギーのお子さんのご家庭へのお知らせ

喘息などのアレルギーや食物アレルギーのお子さんのご家庭には横浜市共通の「<u>学校生活管理指導表」(医療機関記入)「食物アレルギー対応票」(保護者の方記入)令和5年度用</u>を配付しています。給食に限らず校外学習、宿泊体験等での体調管理を考え、該当のご家庭に記入をお願いするものです。また継続の方についても、書類を提出していただき、面談または電話で様子確認をさせていただきます。

新たにアレルギー対応が必要なご家庭は、担任または養護教諭、栄養教諭までご連絡ください。ご協力をお願いいたします。





こまったさんのカレーライス