

給食だより



2024年4月30日
町田市立小山中央小学校

新緑が目には鮮やかな季節となりました。新年度が始まって1か月が過ぎ、子供たちは新しい環境にも慣れてきたようで、給食の準備や後片付けを協力してスムーズに進めている様子がみられます。一方で、ゴールデンウィーク明けは、疲れが出て体調を崩しやすい時期でもあります。学校で元気に過ごせるよう、朝ご飯をしっかりと食べてから登校するようにしましょう。

生活リズムを見直そう

新年度が始まって1か月がたちましたが、心や体に疲れが出ていないでしょうか？ 朝なかなか起きられなかったり、日中ボーッとしたり、食欲がないなど、気になる症状がある場合は、生活リズムを見直してみましょう。

生活リズムを整えるためのポイント

<p>起きたら、朝日を浴びる</p>	<p>朝食をよくかんで食べる</p> <p>朝食後に、トイレへ行く習慣をつけましょう。</p>	<p>昼間は外で体を動かす</p>	<p>食事は決まった時間に食べる</p>	<p>早めに布団に入る</p> <p>寝る前に、ゲーム機やスマホを見るのはやめましょう。</p>
--------------------	---	-------------------	----------------------	--



1年生はじめての給食

4月15日から、1年生の給食が始まりました。はじめての給食は人気メニュー「カレーライス」にしました。給食当番さんは、上手にトングやお玉を使いながら、落ち着いて配膳を行うことができています。初日の給食では「カレーもサラダもおいしい！」とほとんど残りがありませんでした。



手作りゼリーも好評でした。



4月使用分食材の産地について



玉ねぎ	北海道	小松菜	東京	カラオレンジ	愛媛
長ねぎ	町田	万能ねぎ	福岡	はるか	愛媛
きゅうり	千葉 群馬	じゃがいも	鹿児島	清見オレンジ	愛媛
キャベツ	愛知 神奈川	たけのこ	愛媛	豚肉	神奈川 鹿児島
人参	徳島 静岡	えのき	長野	鶏肉	岩手 青森
もやし	栃木	しいたけ	九州	卵	栃木
にら	茨城	アスパラガス	栃木	ししゃも	ノルウェー
大根	千葉	いんげん	北海道	さわら	中国近海
ごぼう	青森	パセリ	香川	鮭	チリ
にんにく	青森	ふき	徳島	さば	ノルウェー
しょうが	熊本	コーン	北海道	(米)彩のかがやき	埼玉
セロリー	福岡				



今月の給食から...



- ★1日 八十八夜 ちくわのお茶揚げは、焼きちくわに抹茶を混ぜた衣をつけて揚げて作ります。
- ★11日「日本味めぐり 埼玉」 味噌ポテトは、ふかしたじゃが芋に衣をつけて揚げ、甘い味噌だれをかけたものです。農作業の合間に食べられていたおやつです。
- ★17日「食育の日」 旬のかつおでかつおのごま味噌がらめを作ります。初がつつおは脂が少なくさっぱりしているのが特徴です。
- ★27日「世界味めぐり 韓国」 タットリタンは鶏肉、じゃが芋、人参などをピリ辛のたれで煮込んだ鍋料理です。

給食費についてのお知らせ

＜給食費の年間引き落とし予定日＞
給食費の年間引き落とし予定日が確定しましたので、お知らせします。期日までの納入にご協力をお願いいたします。

4、5月分	5月31日(金)	11月分	12月 2日(月)
6月分	7月 1日(月)	12月分	12月25日(水)
7月分	7月31日(水)	1月分	1月31日(金)
9月分	9月30日(月)	2、3月分	2月28日(金)
10月分	10月31日(木)		

なお、給食費は月の喫食回数により変動します。行事に伴う給食費の増減は、原則年度末にまとめて清算されます。5月中旬に保健給食課から2024年度の学校給食費納入通知書がご家庭に送付されますので、最終引き落としが終了するまで、保管していただき、ご確認ください。

問い合わせ先 教育委員会保健給食課