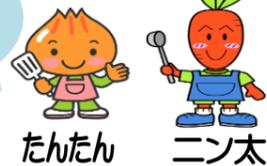




7月



令和4年度 岩見沢市教育委員会 学校給食課

給食だより

給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。(Tel 22-4008) e-mail: kyusyoku@i-hamanasu.jp

食育目標

夏の食事を考えよう
給食目標
後片付けを
きちんとしよう

毎月、給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。
ぜひお子様と一緒に読んで下さい。

給食費は期日までの納入をおねがいします。

給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の建設費などは全て市の負担です。

もうすぐ夏休み

夏休みの食生活のポイント

- 朝食をとろう
朝食は1日の元気の源です。しっかり食べましょう。
- 早寝や早起きをしよう
夏休みも生活リズムが乱れないように早寝や早起きをしましょう。
- 冷たいものとりすぎに気をつけよう
冷たいものばかりとると胃腸が弱って食欲が低下してしまいます。
- 栄養バランスのよい食事をとろう
主食、主菜、副菜、汁物をそろえてバランスよく食べましょう。

<p>朝食をとろう</p>	<p>早寝や早起きをしよう</p>
<p>冷たいものとりすぎに気をつけよう</p>	<p>栄養バランスのよい食事をとろう</p>

今月の注目メニュー

★たんとんの日こんだて
Aコース日 13日(水)・Bコース 12日(火)

北村の農家さんから朝採りレタスを直送してもらい、「レタスのスープ」として提供します。「鶏肉の米粉ザンギ」の米粉、「マカロニサラダ」のきゅうりも岩見沢産です。



たくさん食べてね

レタス農家の榎本さん

★七夕の日こんだて
Aコース日 5日(火)・Bコース 6日(水)

7月7日は七夕こんだてです。北海道の七夕は8月7日ですが、一足早く、天の川をイメージした七夕ゼリーを提供します。

学校給食献立コンクール

『第18回学校給食献立コンクール』は、岩見沢でとれる食材を使った献立を考えることで、地元の食材や給食について興味と関心を高めてもらうために実施しています。

応募用紙は各学校から配布されています。今年どんな新メニューが出てくるのかとても楽しみです♪ぜひ、夏休みに取り組んでみて下さいね。

《テーマ》
『岩見沢でとれる野菜などを使った給食の献立を考えよう』

募集締め切りは**8月19日(金)**です。
《入賞》
10点程度(一部の献立は給食メニューとして提供する予定です。)

♪♪たくさんのご応募、お待ちしております♪♪

今月は6月のメニューから紹介するよ!

ニン太のレッツ COOKING♪ おさつバター

材料(4人分)

- ・さつまいも …260g
- ・三温糖 …大さじ1強
- ・有塩バター …15g
- ・塩 …少々

～つくり方～

- ① さつまいもをよく洗い、乱切りにして水にさらす。
- ② さつまいもをゆでる。
- ③ 鍋にバターを熱し、三温糖、塩を入れて、焦がしバターを作る。
- ④ ③にさつまいもを熱いうちにあえて、出来上がり♪

バター風味とさつまいもの甘味でおいしくいただけます。おやつにもぴったりですよ。

レタス畑におじゃましました!

北村のレタス畑を見学させていただきました。青々として立派なレタス、たんとんの日「レタスのスープ」で登場します!!



セレクト給食

Aコース22日(金)、Bコース21日(木)に飲みもののセレクトを行います。

今回は、4つの飲みものから選択してもらいました。みなさんはどれを選びましたか?

(※当日牛乳はつきません)

- ・パイナップルジュース
- ・アップル&キャロット(野菜ジュース)
- ・ミルージュ(乳性飲料)
- ・ほうじ茶

6月の食に関する指導

6月 2日 岩小1年生	6月 23日 中央小1年生
6月 7日 南小2年松組	6月 24日 第一小2年2組
6月 8日 幌向小3年生	6月 28日 北真小3年生
6月 9日 志文小1年生	中央小2年2組
6月 14日 南小2年竹組	6月 30日 メープル小1~4年生
6月 15日 南小1年生	
6月 21日 日の出小5年生	
6月 22日 中央小2年1組	
第一小2年1組	

☆幌向小3年生は、「食品ロス」について勉強しました。
『食べのこしのないように気をつける』と、学習カードに書いてくれた子もいましたよ。



幌向小3年生