



給食だより 10月号

家庭教

平成 23 年 10 月 6 日
戸塚第一小学校長 石井 卓之
栄養士 相羽 真秀子

☆給食のサンプリング検査について・結果報告☆

9月号にてお知らせいたしました、給食の放射性物質サンプリング検査の結果が出ました。
この結果と検査した給食の献立名・食材料については、新宿区ホームページに掲載しています。

- ・実施 20 施設とも不検出
- ・牛乳(明治) 不検出

併せて、戸一小の給食で使用している山形県産 23 年産米の放射性物質の調査結果についてもお知らせします。

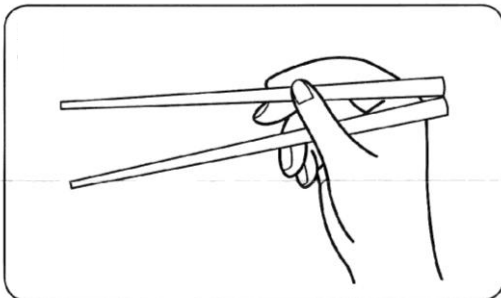
- ・調査地点 山形県内 35 市町村
- ・調査結果 放射性セシウム 134、放射性セシウム 137 不検出



はし ☆お箸の持ち方を練習しましょう☆

給食の様子を見ていると、お箸が上手に持てないために食事が遅かったり、魚の骨を取ることができない児童が多いようです。正しい持ち方ができているか、食事の時に見てあげてください。
豆を皿から皿へ移動させるなど、楽しみながら練習するといと思います。

正しい箸の持ち方を一緒に練習してみてください。



- 1 上の箸は鉛筆と同じもち方をします。
- 2 下の箸は薬指の上に置きます。
- 3 食べるときは中指と人差し指で上の箸を動かします。

上は動く箸

下は動かない箸

☆リクエスト給食 紹介☆

5・6年生は2回目ということもあり、個人でリクエスト給食を考えました。

基本は主食・主菜・副菜・デザートです。選ばれた給食は、ほとんど手直しするところがないくらいバランスが考えられており、季節感があって、一生懸命考えていることがよくわかります。残念ながら今回選ばれなかった献立の中にも、挑戦してみようかなと思うものや、自分の好きなものだけでなく他の人に食べてもらいたいという気持ちで考えられているものがあり、とてもよくできていました。

選ばれた献立の理由・工夫点、盛付図を実際の写真と一緒に栄養黒板(2階)に張り出しますので、お時間のあるときにぜひ見てください。

10/5(水) 6-2 柴田美紗さんのリクエスト

エネルギー644kcal/たんぱく質 22.6g

主食+主菜：きつねうどん

副菜：ポイル野菜のゆかりがけ

デザート：みたらし団子 牛乳

<栄養士から一言>

みたらし団子が秋らしくていいですね。ゆかりがけがさっぱりします。

10/25(火) 6-2 石田寧々さんのリクエスト

エネルギー644kcal/たんぱく質 25.8g

主食+主菜：コロッケサンド

副菜：じゃこサラダ

デザート：梨 牛乳

<栄養士から一言>

主食→主菜の順に上手に献立が組み立てられていました。梨が季節感を出しています。

10/17(月) 5-1 高橋壮さんのリクエスト

エネルギー613kcal/たんぱく質 24.2g

主食+主菜：しゃけチャーハン

副菜：ワンタンスープ

デザート：グレープゼリー 牛乳

<栄養士から一言>

中華風にまとめられています。肉だけでなく、魚を使ったところもポイントです。グレープゼリーも秋らしくていいと思います。

10/31(月) 6-2 笹川晶永さんのリクエスト

エネルギー659kcal/たんぱく質 26.6g

主食：栗ごはん

主菜：しゃけときのこの包み焼き

副菜：れんこん、さつまいものチップス

デザート：かぼちゃプリン 牛乳

<栄養士から一言>

秋の食材がいっぱい詰まっています。かぼちゃプリンはハロウィンにもぴったりなので、31日の給食にしました。

<給食費の納入にご協力をお願いします>

給食費の口座振替は、毎月17日(休日の場合は翌営業日)に行います。再振替は27日です。

残高不足にならないよう、ご確認をお願いします。