

きしちょうランチ通信



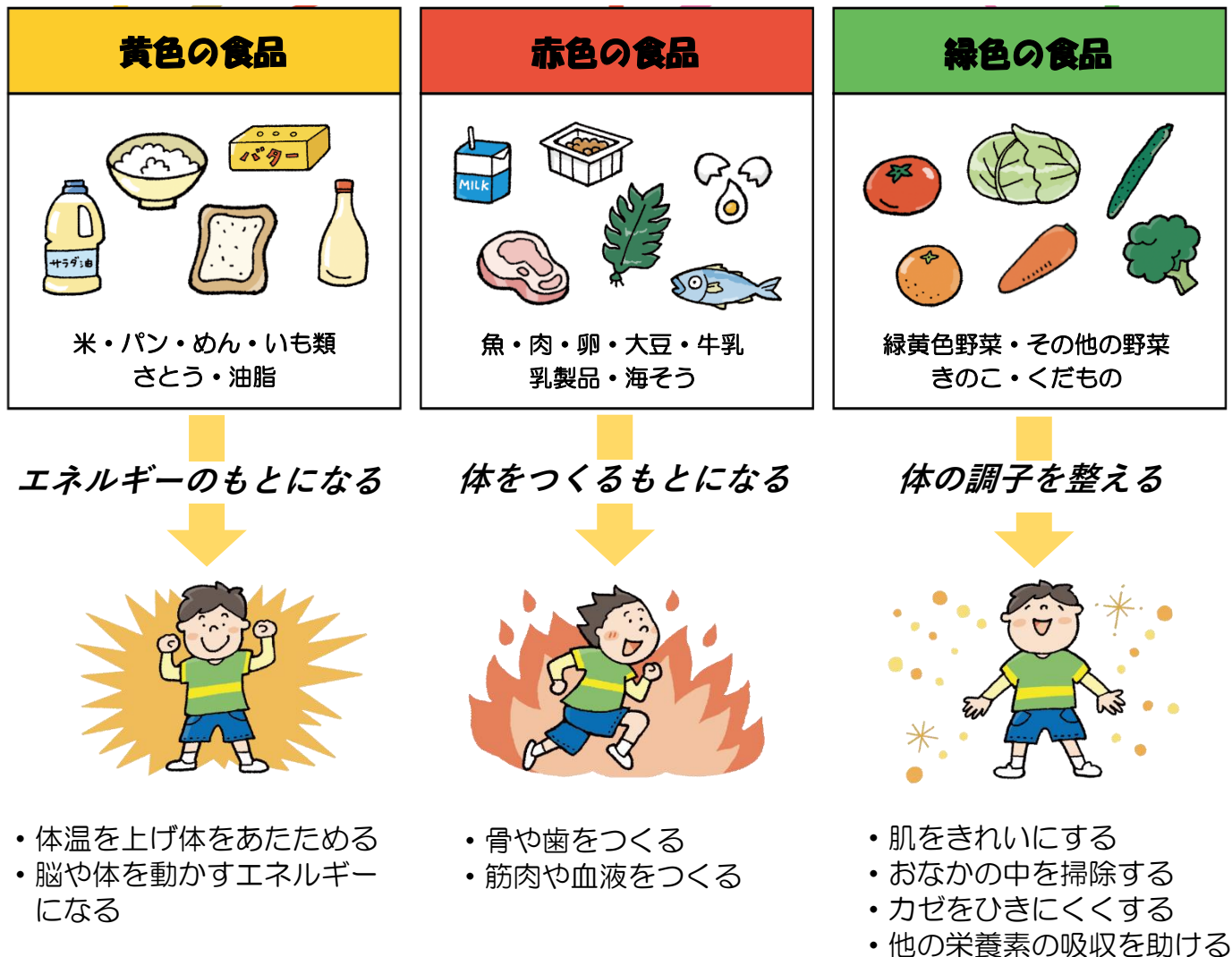
令和 7年 5月号
岸町小学校 給食室

風薫るすがすがしい季節になりました。新年度が始まって早1か月、新しい学年やクラスにも慣れて、学校生活のリズムが身についてきたでしょうか。

さて、5月に入り運動会へむけた練習もはじまります。疲れを残さず、練習に集中して取り組むためには、バランスのよい食事が大切です。5月のランチニュース（お昼の放送）では、赤・黄・緑の食べものについて取り上げ、バランスよく食べることについて指導していきます。

《5月の給食目標》 赤・黄・緑の食べものについて知ろう！

健康な体づくりのためには、いろいろな食品を組み合わせることが大切です。その際に目安となるのが、食品を赤・黄・緑の3色のグループにわけて、バランスよく食べられているかどうか確認する方法です。給食の献立表も、その日使用する食材を3色のグループにわけて記入しています。ぜひ、参考にしてください。



バランスのよい朝ごはんを食べてから登校できるようサポートをお願いします。

岸町小の食育について紹介します！



1年生の給食がはじまりました！ ～4月17日(木)～

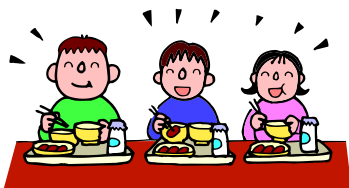
4月17日(木)から1年生の給食がはじまりました。この日の献立は、「セルフドック(コッペパン・ウインナーのケチャップソースがけ) 牛乳 コールスローサラダ ABC スープ」でした。小学校での初めての給食に、子どもたちはドキドキわくわくした様子でした。給食着に着替え、大きなおたまを使ってサラダやスープの配膳を行うなどすべて自分たちで取り組み、楽しく食事することができました。



給食当番さんをはじめ、みんな
で協力し合い、スムーズに準備を
行うことができました。当番以外
の人もきちんと座って、準備が終
わるのを待てました。



＼ おいしい給食いただきます ＼



1年生分は、給食室でパンに
ウインナーをはさんで提供しま
した。

さっそくおかわりをする様子も
みられました！

給食では、さまざまな食材を使うようにしています。給食を通し、いろいろな料理や味に出会い、食べることの大切さや楽しさを知ってほしいと思います。

毎月19日は「食育(19・いく)の日」です！

岸町小では、食育の日にあわせて毎月19日前後に「日本の味めぐり献立」を提供しています。日本各地の郷土料理や特産品を給食に取り入れ、地域の食文化を学ぶきっかけにしたいと思います。

毎月19日は
食育の日



5/19(月)「長野県の郷土料理」

ユニークな名前が目をひく「キムたくごはん」は、長野県塩尻市発祥の給食メニューで“キムチ”と“たくあん”が入ったまぜご飯のことです。長野県は伝統的に漬物文化が発達している地域でありながら、子どもたちの漬物離れが進んでいました。そこで、子どもたちに漬物をおいしく食べてもらいたいという想いから考案されたメニューだそうです。

ししゃもの磯辺フライ



キムたくごはん

貝だくさん
みそ汁

＊毎月19日は『食育の日』です。 御家庭におきましては月に一度『食』について考える日にしてください。