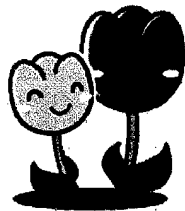


食育だより

平成29年
4月



八王子市立山田小学校

ご入学・ご進級

おめでとうございます

給食は、みなさんが成長に必要な栄養をとるため、「学校給食の目標」を身に付けていくために実施しています。食事の準備や片付けを身に付けること、よりよい食習慣を養うこと、食文化や地域の食材を学ぶこと、感謝の心を育てることなどが「学校給食の目標」です。みんなで楽しく給食を食べながら、身に付けていきましょう！

給食室を紹介します！

栄養士

調理業務 (株)レクトン



おいしい給食を心をこめて作ります！しっかり食べて元気にすごしましょう！

保護者の皆様へおねがい



給食当番になると、週末に白衣を家に持ち帰ります。洗濯、アイロンがけ、ボタンなどの

ほつれがありましたら繕いをして、週の初めに持たせてください。ご協力よろしくおねがいいたします。

献立表、食育だよりでは献立の内容や食材、食育の取組などをお伝えしています。

また、学校のHPでも毎日の給食を公開しています。あわせてご覧ください。



保護者の皆様にご負担いただく給食費は食材の購入に充てられています。お子様が毎日安全でおいしい給食を食べられるよう、給食費の納入をお願いいたします。

身につけよう！食事のマナー

きれいに手を洗おう！

手のひら
手の甲



ゆびの先
ゆびの間



身だしなみをきちんとしよう！

ぼうし

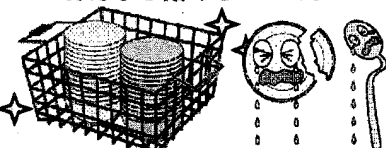
マスク

きれいなはくい



大切に使う！

みんなで使うものです。

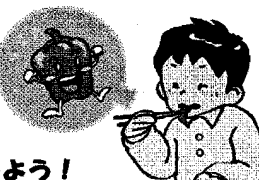


感謝をこめて「いただきます」「ごちそうさまでした」

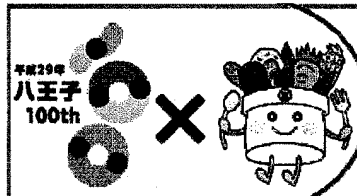
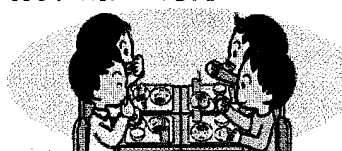


苦手な物にもチャレンジ！

まずは、ひと口食べてみよう！



姿勢を正して背すじピン！仲良く楽しく食事をしよう。



【市制100周年】×【和み献立～郷土料理～】

八王子市は平成29年に市制100周年を迎えることを機に、戦国時代に広く関東を治めていた北条氏のつながりから、平成28年10月1日に、神奈川県小田原市、埼玉県寄居町と姉妹都市になりました。三市町では、姉妹都市になる前からお互いの北条祭りに参加するなど、市民交流を行っています。

そうかんず
相関図

ちち さんだいめ おだわらじょうしゅ
父：三代目小田原城主
おだわらし
(小田原市)
ほうじょう うじまさ
北条 氏康



和み献立～郷土料理～ 第12号
神奈川県小田原市

梅若ごはん・鯉
かまぼこと青菜のごまあえ

あに よんだいめ おだわらじょうしゅ
兄：四代目小田原城主
ほうじょう うじまさ
北条 氏政

たきやまじょうしゅ・はちおうじょうしゅ
滝山城主・八王子城主
ほうじょう
北条 氏照

おとうとはちがたじょうしゅ(よりいまち)
弟：鉢形城主(寄居町)
ほうじょう うじに
北条 氏邦



北条五代観光推進協議会 北条五代PRキャラクターです。

梅

小田原の鯉

小田原かまぼこ

小田原に城を作った北条早雲が、梅干しの薬効と食べ物を腐りにくくする作用に注目し、城の周辺に梅の木を植え、梅干し作りを進めました。今でも35000本の梅の木があり、梅干し作りが盛んです。



小田原の鯉はエサが豊富な岩場に住みつく「根付きの鯉」と言われます。住む場所を変える回避性の鯉と比べ、よく太り脂がのり、旨みもたっぷりです。昔から干物なども有名です。また、全国の漁師さんが本当においしい魚を選ぶ「ブランドフィッシュ」に認定されています。



かまぼこは、白身魚から作られています。小田原かまぼこは、きめが細かく、しなやかで弾力があります。板にのせて蒸しあげたものが代表的。



がんばるけん！
くまもとけん！

和み献立～郷土料理～

熊本県

高菜飯・だご汁・させん豆

・・・熊本地震から1年が経ちました・・・

平成28年4月14日、最大震度7の熊本地震が発生し、熊本県、大分県などで大きな被害を受けました。避難所は昨年11月に全て閉鎖されましたが、現在も避難指示が出ている地域もあり、まだ復興支援が必要です。私たちにできることを考えてみましょう。

高菜飯は、高菜漬けを使ったまぜご飯です。熊本の中でも阿蘇高菜を使うので、阿蘇地域によく見られる料理です。



だご汁は、熊本の家庭料理です。味噌や醤油味で、根菜、里芋、豚肉などを入れ、最後にこねだんごを手でちぎって入れます。



させん豆(座禅豆)は、座禅の修業をする前に食べたことから精進料理のひとつとして受け継がれています。

