

食育だより 平成29年 5月

八王子市立山田小学校

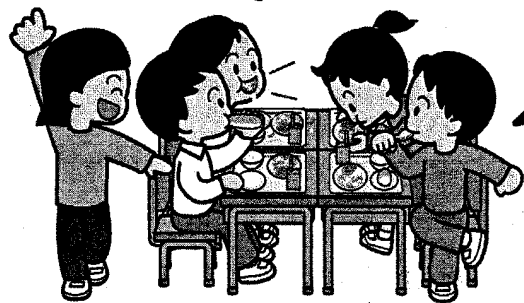
学校や給食がはじめて1か月がたちます。毎日の生活には慣れてきましたか？
 新しい友達や先生と仲良く、楽しく給食を食べるには『マナー』が大切です。
 『マナー』は、みんなが気持ちよく生活できるための「思いやり」です。

「食事」中に歩
 きまわれ
 ちゃうと、
 おちついて
 食べられな
 いよ。

食べものが口に入ったまま、話しているとくちやくちや
 したり、食べものが飛んできていやだな。
 大きな声も出されちゃうとびっくりしちゃうよ！

体を横に向いて
 食べている…。
 姿勢がよくないとカッコ悪い！

約束してほしいことがもうひとつ。「まずい！」と言わないこと。おいしく食べているのに「まずい」と言われてしまうとおいしく食べられませんよ。



5月の給食から

8日 中華ちまき

ちまきは端午の節句にちなんだ食べ物です。ちまきは節句といっしょに中国から伝わりました。給食では竹の皮で中華おこわをつつみ蒸しあげます。
 ちなみに、端午の節句の日本独特の食べ物といえば柏もちです。



10日 グリンピースごはん

2年生がさやむきしてくれるグリンピースを使います！
 「エンドウ豆」の若い実で、さやから出して食べます。
 さらに若い実が「さやえんどう」です。注目する栄養素は、食物せんいで、野菜の中でもトップクラス！



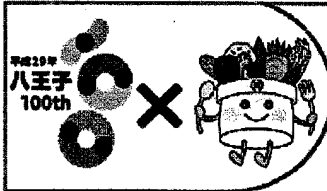
18日 桑の葉だんご

八王子市は、昔「桑の都」と呼ばれ、絹織物産業・養蚕業が盛んでした。八王子が「桑の都」として表現され和歌にも残っています。
 ～浅川の渡れば富士の影清く
 桑の都に青嵐ふく～



24日 はちみつドレッシングサラダ

はちみつは、みつばち達が花の蜜を集めて、巣の中で加工し、貯えたものです。花の種類によって、味や色や香りが違います。八王子市やあきる野市などにも、巣箱を置き、みつばちを飼い、蜜を集める養蜂場があり、はちみつをつくっています。



【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、埼玉県寄居町、神奈川県小田原市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。

北条氏のつながりは4月食育だよりを見てね！



和み献立～郷土料理～ 埼玉県寄居町

第14号

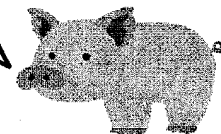
- ・トントロリンスープ
- ・小松菜の煮びたし・魚のおぎソース

寄居町の給食で大人気！！「トントロリンスープ」

昔、寄居町で多くの豚を飼育していたことや町の花「カタクリ」にちなんで、片栗粉を使ってできた寄居町のオリジナルスープです。豚の「トン」と片栗粉の「トロリン」としたとろみから「トントロリンスープ」と名付けられました。



「カタクリ」は、鉢形城跡に群生地があります。そして、八王子市では片倉城址公園で見ることができます。



小松菜・長ねぎ

埼玉県は、小松菜の生産量は全国第1位！
 長ねぎは第2位です！



和み献立～郷土料理～

第15号

高知県

- ・しろすスープ
- ・かつお
- ・ぐる煮

しろすスープ

高知では、生しろすのことを「どろめ」と言います。B級グルメには「しろすラーメン」があり、給食で人気のメニューになっています。少しアレンジして「しろすスープ」にしています。

鯉(かつお)

鯉と言えば高知！！土佐の1本釣りが有名で、県魚にも指定されています。太平洋側を南下し土佐沖を通る頃が一番脂がのって、おいしいといわれています。

ぐる煮

「ぐる煮」の「ぐる」は、土佐の方言で「一緒」「仲間」という意味があります。色々な野菜を集めて煮た料理なので、この名前がつけました。



保護者の皆さま * 給食費の引き落としが始まります。

「給食費の納入について」でお知らせしましたとおり、5月から給食費の引き落としが始まります。円滑な給食運営のため、給食費の納入に御理解と御協力いただきますようお願いいたします。

※ご指定のゆちょ銀行の口座の残高を御確認下さい。

引き落とし日	5月15日(月)	※5月は、2か月分(4・5月分)を引き落とします。				
	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
	7,875円	8,775円	9,131円	9,131円	9,610円	9,869円

※別途手数料の10円がかかります。

2017健康フェスタ・食育フェスタ
 が開催されます！

日時：5月21日(日) 9時30分～15時30分まで
 場所：エスフォルタアリーナ八王子