

7月

給食だより



平成29年6月29日
西東京市立東伏見小学校
校長 清水 宣宏
栄養士 大橋 菜歩子

梅雨の中休みでしょうか。気温が30度を超える日が続いています。プールに入るには気持ちいい陽気ですが、熱中症には十分に気を付けたいものです。東伏見小学校には、冷水機やミストが設置されているので、それらを上手に活用して対策してほしいと思います。

給食づくりの お手伝いをしました！

6月は、食育月間でした。

それに関連して、1～3年生のみなさんが給食づくりのお手伝いをしました。

それぞれの野菜の旬に合わせて5～6月にかけて行いました。苦手なものでも自分が関わったものは、積極的に食べていました。給食づくりのお手伝い大成功です！

【5月】

2年生 グリンピースのさやむき(2日)



東伏見小400人分の給食になることを聞いてみんな真剣に取り組みました。
グリンピースごはんにしていただきました。

3年生 そらまめのさやむき(29日)

さやを開くとふわふわの中からそらまめが出てきました。みんな黙々とさやむきに取り組んでいました。



【6月】

1年生 枝豆のもぎとり(26日)

西東京市の農家から新鮮な枝豆を届けていただいて、もぎとりに挑戦しました
自分たちがもいだ生の枝豆と、ゆでた枝豆のかおりの違いに気付いた児童もいました。

とびうおがやってきました！

食育月間に合わせて、6月21日に東京都献立を実施しました。
東京都の八丈島から「とびうお」が届きました。

給食ではミンチになっているものを使いましたが、めずらしい形をした魚をぜひ見てもらいたくてサンプルを一尾いただきました。

4～6年生の教室を、とびうおをもって回りました。



甘い清涼飲料水、砂糖はどのくらい入っているかな？

汗をたくさんかいているときはミネラルも一緒に体から流れ出ています。それなので、ミネラル補給のために、スポーツドリンクは適しています。ただ、糖分も含まれているので、

飲みすぎには十分注意しましょう。

はちみつやレモン、塩を使って好みの味に仕上げた特製ドリンクつくることもおすすめです。



500mL 中の砂糖含有量

7月給食費引落日のお知らせ



引落日： **7月17日(火)**

再引落日：7月25日(水)

前日までに、残高の確認をお願いいたします。

引落額

	給食費(月額)	手数料		給食費(月額)	手数料
1年生	4,370 円	+ 10 円	3年生	4,640 円	+ 10 円
2年1・3組	4,370 円	+ 10 円	4年生	4,640 円	+ 10 円
※2年2組	4,116 円	+ 10 円	5年生	4,900 円	+ 10 円
			6年生	4,900 円	+ 10 円

*お子様一名につき10円の手数料がかかります。ご了承ください。

※2年2組は、学級閉鎖により1食分(254円)を差し引いた金額を引き落とします。



6月の主な食材料の産地

食品名	産地名	食品名	産地名	食品名	産地名
精白米	新潟県	じゃがいも	静岡県、長崎県、鹿児島県	ミニトマト	西東京市
かつお	静岡県	にんじん	千葉県	小松菜	西東京市
きびなご	長崎県	なめこ	山形県	レタス	西東京市
いわし	北海道	ねぎ	千葉県	さやいんげん	西東京市、千葉県
豆あじ	長崎県	だいこん	千葉県、青森県	きゅうり	西東京市、埼玉県
あじ	ベトナム	ごぼう	青森県	トマト	西東京市、千葉県
豚肉	熊本県、群馬県、青森県	キャベツ	茨城県	玉ねぎ	西東京市、佐賀県、香川県
鶏肉	栃木県、茨城県、宮崎県 鹿児島県、岩手県	しょうが	高知県	メロン	茨城県
鶏卵	群馬県	にんにく	青森県	さくらんぼ	山形県
		セロリ	愛知県、長野県		