

7月

給食だより

夏休み直前号



平成29年7月19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

いよいよ夏休みが始まります。夏休みは生活リズムが乱れがちですが、早ね早おき朝ごはんを心掛けて過ごしてほしいと思います。一学期の給食にも登場した元気みそのレシピを載せました。おむすびの具やごはんのおともとして重宝します。ぜひつくってみてください。

白衣保管のお願い



7月の最終週に給食当番だった児童のご家庭は、夏休みの間ご家庭で白衣の保管をお願いいたします。
8月30日または31日にもたせてください。
2学期の給食開始は9月3日(月)です。

冷蔵庫に常備しておくとう便利！

元気みそ

つくり方

材料(作りやすい量)

油 適量
ピーマン 1個
長ネギ 1/2本
干しいたけ 1枚
しょうが 少々
★みそ 120g
★さとう 20g
★酒 20g
★みりん 20g

- ① 材料は全てみじん切りにして、油で炒める。
- ② ★の調味料を混ぜ合わせておく。
- ③ 炒めた野菜に調味料を加え、炒める。
- ④ 煮詰めて完成



8月給食費引落日のお知らせ

引落日：8月15日(水)

再引落日：8月27日(月)

※8月にも給食費の引落しがあります。

本校の給食費引落しは2月で終了です。
(3月の引落しはありません。)

引落額

	給食費(月額)	手数料
低学年	4,370円	+ 10円
中学年	4,640円	+ 10円
高学年	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。

なつやすみにかこう！

やさいたっぴりカレンダーイラストぼしゅう



テーマ：やさい

しめきり：9月7日(金)

A4のかみをよこにしてかきます。

くわしいことは、うらめんをおうちの人に
よんでもらってください。



7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	きゃべつ	群馬県、長野県	じゃがいも	西東京市、長崎県
ホキ	ニュージーランド	にんじん	青森県、千葉県	小松菜	西東京市、茨城県
ししゃも	アイスランド	きゅうり	群馬県	だいこん	青森県
生わかめ	徳島県	しょうが	高知県	とうもろこし	茨城県
いか	青森県	玉ねぎ	佐賀県、兵庫県	いんげん	千葉県
あじ	ベトナム	ねぎ	茨城県	おくら	沖縄県
豚肉	群馬県	しめじ	長野県	にら	栃木県
鶏卵	群馬県	えのきたけ	長野県	冬瓜	神奈川県