



給食だより

保谷小学校
栄養士

NO22. 7.3.18

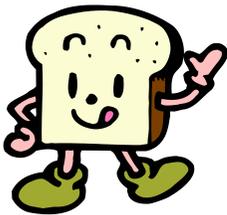


今年度の給食は13日（木）で終了いたしました。給食室では急に水が出なくなってしまうなど、毎日ドキドキしながら調理作業を行ってきました。高架水槽の工事に伴い、予定より終了が早くなってしまいましたが、何とか無事、終わることができました。3～6年生には5年ぶりにレインボールーム給食を再開することができよかったですと思っています。

今年度最後の卒業祝い&お楽しみメニュー

今年度最終日の“卒業祝い&お楽しみメニュー”は、お祝いとして“古代の赤飯”と、おかず（主菜）の部でジャンボギョーザに次いで、第2位になった“ハンバーグ”を組み合わせました。ハンバーグにもいろいろありますが、今回は“和風ハンバーグ”にして、おろしソースを添えました。副菜として“青のりポテト”、“お祝いすまし汁” デザートは“ミニサイダーゼリー”にしました。一汁二菜の和食スタイルにしました。

大人気のメニューで、今年度最後の給食時間を楽しく過ごすことができたのではないかと思います。



14日（金）から21日（金）は外注弁当での昼食提供となっています。来年度は4月11日（金）から給食スタートとなりますので、よろしくお願いいたします。

給食費に関するお知らせ

西東京市では、令和7年度も給食費は無償化継続となります。

保谷小リクエストメニュー集計結果

順位	主 食		
	ごはん料理	パン料理	麺料理
1	カレーライス	ココア揚げパン	しょうゆラーメン
2	わかめごはん	はちみつトースト	みそラーメン
3	キムチチャーハン	きなこ揚げパン	ソース焼きそば
順位	お か ず		
	主 菜	副菜(添え物)	副菜(汁物等)
1	ジャンボギョーザ	パリパリサラダ	コーンポタージュ
2	ハンバーグ	ポテトのこんがり焼き	ワンタンスープ
3	鶏のから揚げ	コーンサラダ	豚汁
順位	デ ザ ート		
1	おかしなお菓子な目玉焼き		
2	さつまいもチップス		
3	ナタデココポンチ		

この結果も参考にみんなが
食べられるお楽しみメニ
ューを考えました！！

集計結果から

今年度も昨年度とほとんど変わらない結果でした。集計にでてい
るように、和食が少なく洋食を好み、また揚げ物を好むという傾向
に変化は見られませんでした。この点では、普段の食生活そのもの
も少し心配になります。給食では和食をなるべく多く取り入れるよ
うにしていますが、料理による好みにはムラはあります。どうして
も好きなものは残さず食べ、好まないものは食べ残す傾向はありま
した。ベスト3には入っていませんが、主菜で“肉じゃが”や汁物
のベスト3に入った“豚汁”などは人気の和食はメニューです。

毎年実施しているリクエストメニューですが、どうしても同じメ
ニューへ集中してしまうのが悩みのたねです。子どもたちのリクエ
ストを尊重しつつも、和食も大好きになってほしいという思いがあ
り、献立作成をしてきました。

6年生の卒業バイキング給食を実施しました

今年度はレインボールームの使用制限や給食の終了が早くなったことを受けて、実施日が限られてしまいましたが、3月3日

(月)・5日(水)・10日(月)とバイキング給食を実施しました。今までは私費会計という中で、3年生以上の学年で実施してきました。しかし、次年度からは給食実施分の予算の中での運用となるため、実施については予算上、厳しくなるということをご理解ください。

事前に、各クラス1回ずつ、バイキング給食当日のセッティングで(3~5年生)、通常のレインボールーム給食を実施しました。その場でレインボールーム給食についての話をし、バイキング給食の前日にはその説明をしました。



デザートコーナー

バイキングテーブルには、2種類のおにぎり・ガーリックトースト、主菜の鶏のから揚げ・魚料理、副菜のサラダと和え物・ゆでブロッコリーがきれいに盛り付けられたお皿が並びました。テーブルの上は主食・主菜・副菜に分けて、各コーナーからバランスよくとっていきました。とても豪華なバイキング給食になったと思います。

また、お楽しみのデザートはフルーツ2種類・グレープ寒・パンの耳かりんとうと4品用意しました。飲み物も温かい麦茶・みかんジュース・りんごジュース・牛乳の4種類用意しました。



飲み物コーナー

食物アレルギー対応・新年度に向けて

年度が変わり、継続で除去食対応が必要なお子さんは学校生活管理指導表及び申出書の提出をお願いしております。

来年度も4月7日（月）以降に対応等の確認のため、面談を行います。新2年

生以上のお子さんには、年度内に4月分の確認用献立表を入れたファイルをお子さんにお渡しする予定です。修了式の日までに返却をお願いいたします。

尚、面談については保護者会後等を主に考えております。詳しくは4月に入ってからお知らせをいたします。よろしくをお願いいたします。

例年、確認はしておりますが、健康カードに記載される場合は、一度、医師の診断を受けることをおすすめします。何か心配なことがありましたら、担任、養護教諭または栄養士までご相談ください。新規発症等で混乱のないように、ご協力をお願いいたします。



おやつにおすすめ

ナタデココポンチ 4人分

ナタデココ	80g	
みかん缶	80g	※ミックスフルーツ缶でもOK
パイナップル缶	100g	※お好みで缶汁も使用
黄桃缶	80g	
りんご缶	40g	
三温糖	大3+1/2	
白ワイン	10cc	※赤ワインでもOK
水	40cc	

※ シロップを作り、冷やしておく。

※ シロップを入れた器に水気を切ったナタデココとフルーツを入れる。

- ① フルーツは季節の果物を使って、色どりよく盛り付けてみてください。
- ② シロップに炭酸水などを使ってもおいしいです。