



給食だより

令和5年9月29日
住吉小学校 第7号
校長 小林 宏
栄養士 宮崎優衣

保健指導の集計結果より...

「元気が出る よい朝ご飯ってなんだろう?」という題で、2年生を対象に、朝ごはんについての保健指導を養護教諭と行いました。

あさごはんは
からだところの
めざまし
スイッチ

あさごはんは
あたまの
めざまし
スイッチ

あさごはんは
うんこがでる
めざまし
スイッチ

↑この3つのスイッチで「赤・黄・緑」の分類を学習します。（※資料1）

元気が出るよい朝ごはんってなんだろう?

2年 組 名前

①自分の今日の朝ごはんには、なに色のスイッチがあったかな?
色をぬって、たしかめてみよう。

赤 ...

黄 ...

緑 ...

赤の食べもの

黄の食べもの

緑の食べもの

②3つのスイッチがそろった、自分の明日の朝ごはんをかんがえてみよう!

赤の食べもの

黄の食べもの

緑の食べもの

↑授業で使ったワークシート（※資料2）

「3つ（3色）のスイッチがそろうと元気が出るね!」という話をした後(※資料1)、自分の朝ご飯を振り返ってもらいました(※資料2)。3色がそろった朝ご飯を食べている児童は49%(※資料3)でした。大人でも、3つのスイッチがそろった朝ご飯を意識するのは難しいですが、ぜひご家庭でも「元気が出る朝ご飯」に取り組んでいただけたらと思います。

給食費について



学年	月額 ※11月分
1・2年生	4,370円
3・4年生	4,640円
5・6年生	4,900円

今月は、**10月6日（金）**が
口座振替日です。
(再振替日は、10月20日（金）)

※払い込み手数料として1回につき10円がかかります。
※8月以降は、**翌月の分**を引き落とししています。
(例 8月の引き落とし→**9月分**)

10月のきゅうしょくもくひょう ▶ しょくじと うんどう について かんがえよう

今月の旬の食材



今月の地産地消



政府備蓄米を使用します (資料：関東農政局より)

お米の生産は基本的に一年一作で、その年の天候に大きく左右されることがあります。このため不作の時でも国民の皆さんに安心してお米が食べられるように、お米の備蓄制度があります。

■お米の備蓄運営のしくみ■

不作によりお米が不足するときに備え、適正備蓄水準を100万トン程度(6月末)として、国内産米を毎年約20万トンづつ一定期間(5年間程度)備蓄しています。不足時にはこの備蓄米を放出し、消費者への安定供給が図られます。



— 政府備蓄米(無償交付) —

児童・生徒の皆さんに、「ごはん食の重要性」、「お米の備蓄制度」を理解していただくために、学校給食等で使用するお米の一部に対し、備蓄米を無償で交付しています(交付する備蓄米は、直近の年産米です。)



食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地
精白米(ゆきんこまい)	新潟県	たまご	青森県	だいこん	北海道
精白米(こしひかり)	富山県	鶏肉	茨城県	たけのこ	福島県
精白米(さがびより)	佐賀県	豚肉	千葉県・茨城県	たまねぎ	北海道
精白米(ななつぼし)	北海道	いか	ペルー	チンゲンサイ	千葉県
麦	国産	えび	インドネシア	ながねぎ	秋田県・栃木県・新潟県
きび	岩手県	おかか	静岡県・九州	にら	茨城県
さつまいも	千葉県	昆布	北海道	にんじん	北海道
さといも	千葉県	鮭	ロシア	にんにく	青森県
じゃがいも	北海道	鯖	ノルウェー	はくさい	長野県
寒天	国産	秋刀魚	韓国	ピーマン	茨城県
きな粉	北海道	パプリカ	千葉県	ブロッコリー	北海道
高野豆腐	国産	かぶ	青森県	ほうれんそう	群馬県
大豆	国産	菊の花	岩手県	もやし	群馬県
春雨	国産	キャベツ	長野県	れんこん	茨城県
えのき	長野県	きゅうり	埼玉県・群馬県	もも	山形県
きくらげ	西東京市	ごぼう	青森県	シャインマスカット	長野県
しいたけ	九州・四国	こまつな	西東京市・埼玉県	ぶどう(ナガノパープル)	長野県
しめじ	長野県	しょうが	高知県	なし(豊水)	西東京市
まいたけ	新潟県	セロリ	長野県	みかん	九州・香川県

毎月、前月分をお知らせしています。
9月の主な食材の産地

～9月20日・21日・22日の3日間で給食試食会を開催しました～

給食試食会の様子やアンケートの結果につきましては、来月お知らせをする予定です。
ご参加いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。