



令和6年1月9日  
北区立浮間小学校  
校長 宮崎 史隆  
栄養士 坂本 佳世子

# 1月24日～30日は全国学校給食週間です

学校給食は「学校給食法」に基づき実施されていて、7つの目標が決まっています。

## ○健やかな体を育む



適切な栄養摂取で、子供たちの健康の増進を図る。

## ○食生活のお手本になる



健全な食生活を営むための判断力と望ましい食習慣を養う。

## ○力を合わせ、学校生活を心豊かに



お互いを思いやって助け合う心や、明るい社交性を養い、学校生活を豊かにする。

## ○自然の恵みへの感謝



生命や自然を尊重し、進んで環境を守る態度を養う。

## ○支え合いで成り立つ食生活



食生活がさまざまな人の力に支えられていることへの理解を深める。

## ○伝統的な食文化



日本や各地域の伝統的な食文化への理解を深める。

## ○生産・流通・消費

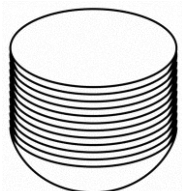


食料の生産・流通・消費の正しい理解に導く。

## 1月の給食目標 上手に片付けましょう。

給食の後片付けはきれいにできていますか？後片付けをきちんとすることで、調理員さんが気持ちよくお仕事をすることができます。きれいに片付けて調理員さんに感謝の気持ちを表しましょう。

### ●お皿



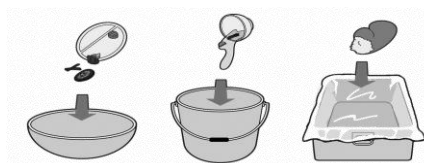
残ったものはお玉などを使って食缶に戻してから、ていねいに重ねましょう。

### ●はしやスプーンなど



向きをそろえて片付けると、調理員さんが安全に洗うことができます。

### ●残したものの



料理ごとに残った量をはかっているの、残したものは入っていた食缶にもどしましょう。カレーライスなど、分けることが難しいものはお皿の上に多く残っているほうに入れましょう。

### ●ワゴン

給食室から届いた食缶や配膳台をふくふきんなど、忘れ物がないか確認してから、ワゴンを運んでください。

ワゴンを運ぶときは、廊下にいる人に気を付けて、周りをよく見てゆっくり運びましょう。



### 24日：三宅島のムロアジ、伊豆諸島の明日葉

三宅島産のムロアジを使って混ぜごはんを作ります。また、伊豆諸島でとれた明日葉を使って緑色がきれいな白玉だんごを作って、フルーツポンチに入れます。明日葉は、葉をつんでも明日には新しい芽が出るくらい強い植物とされています。

### 25日：江戸東京野菜の千寿ねぎ

甘くて柔らかいのが特徴である千寿ねぎをたっぷり使って焼き鳥丼を作ります。

### 26日：東十条からし焼き

からし焼きとは、辛口の肉豆腐のような料理で、北区東十条に発祥のお店があります。からし焼きという名前ですが、辛子は使わず、唐辛子を使います。ピリ辛でごはんが進む料理です。

### 29日：もんじゃ風春巻き、江戸東京野菜の電戸大根

中央区月島が有名なもんじゃ焼きを春巻きにアレンジしました。また昔、江東区電戸で栽培され、今では数件の農家さんでしか作られていない電戸大根を使ったみそ汁を出します。

### 30日：東京都産のはちみつ、八丈フルーツレモン

東京都産のはちみつを使ってハニートーストを作ります。また、普通のレモンの2倍以上の大きさの八丈フルーツレモンを使ってレモンゼリーを作ります。フルーツレモンは皮の苦みが少なく、皮ごとおいしく食べらるので皮も使います。酸味がまろやかで、さわやかな香りが特徴です。