

行二小ランチタイム

令和5年5月号

郡山市立行健第二小学校

若葉も芽吹き、さわやかな季節となりました。新しい学年、学級になり、子どもたちも給食の準備や、あと片付けなどにも慣れてきたようです。5月に入り、頭も体も疲れてくるころです。運動会の練習もあり、体調を崩しやすいので、給食をしっかり食べれると良いですね。

5月は、旬の食べ物として、わかめ、タケノコ、かわちばんかん、さやえんどう、アスパラガスなどが給食に登場します。

また、5月11日には前年度の給食委員会が新入生のために考えたスペシャルメニュー（キムチチャーハンと豆乳雪見大福）が、5月12日には運動会がんばろうこんだてが提供される予定です。楽しみにしててくださいね！



給食をお世話になっている方々です

行健二小の給食室は、学校の北の門のところにあります。1年生から6年生までの分約620食を6人の調理員さんが作っています。生産者さん、業者さん、調理員さん、いろいろな方々に、お世話になり給食が出来上がります。



給食の隠し味は、愛情で一す！

おとしより、葉隠勇進（はがくれゆうしん）という会社の調理員さんが調理業務を委託されて作っています。おいしい給食を作るため頑張っています。



ごはんとパン
「不二家パン屋」さんをお願いしています。ごはんは「あさか舞」食パン、コッペパンなどいろいろなパンも作ってくれます。

麺は安積町にある「あらいや製麺所」をお願いしています



野菜は、「ブイチェーン」と「くまだ」八百屋さん、果物やブランド野菜などは、おもに「ベレッシュ」をお願いしています。旬のおいしい新鮮な野菜を納品してくれます。

牛乳は郡山市大槻町にある「酪王乳業」です。



味噌は郡山市の「宝来屋」のものを使います



その他 冷凍食品・デザート・乾物・調味料などは・丸和食品・サトー商会・ヤクルト・紅食・福島県学校給食会にお世話になっています。

★1年生の給食の様子

1年生は初めての給食です。白衣を着て給食の準備をします。食事の挨拶「いただきます」も上手に言えました。初めは多くの子が牛乳や野菜が苦手で少ししか食べることができませんが、給食を食べていくうちに好きになる子も多いようです。少しでも好き嫌いなく食べられるように支援していきたいと思います。



今月のめあて: 食べもののはたらきを知ろう

食べ物の働きは大きくわけて3つあり、あか、きいろ、みどりの色で例えられています。

あかのはたらき

体をつくる・骨・血をつくる・体をじょうぶにする・背をのばす・筋肉をつくる
⇒ 大豆・牛乳・乳製品・海藻・肉などに含まれます

きいろのはたらき

体を動かすエネルギーになる・熱になる・
⇒ ごはん・いも・パン・めん・小麦粉・油・さとうなどにふくまれます

みどりのはたらき

体の調子を整える・病気にならないようにする・肌をきれいにする・おなかのなかをきれいにする
⇒ やさい・くだもの・きのこなどにふくまれます

家庭に配布されている献立表では、赤・黄・緑の食品群にわけ、給食の時間に、今日の献立名や食べものの働きについて毎日放送で伝えています。食材の3つの働きについて、給食に使われている食材や料理について時折話題にしてみてください。



3つの食品を、
バランスよく
たべましょう