



5月 食育だより



令和6年度 宇都宮市立泉が丘小学校

【児童のみなさんへ】

新年度がスタートし、1か月が経ちました。新しい環境に少し慣れてきたころでしょうか。
給食時間には限りがあります。みんなで協力してすばやく準備し、食べる時間を確保しましょう。

5月の給食の目標

みんなで協力して給食の準備をしよう。

◎4時間目終了後、まどを開けて換気をしましょう。

◎給食当番はすばやく白衣など身支度を整え、
石鹸で手を洗いましょう。

◎配膳室にワゴンを取りに行くときは、必ず担任の
先生など先生と一緒にいき、安全に運びましょう。

ワゴンを走って押したり、急に曲がったりすると、
食器や給食を落としてしまい、大変危険です。

◎机の上をウェットティッシュでふき、ランチマットを敷きましょう。

◎どの食器にどの料理を盛りつけるのか、
もりつけ表を確認して盛りつけましょう。

◎食缶に入っている汁ものは、具が下に沈んでいる場合もあるので、
お玉でよくかきまぜて盛りつけましょう。

◎給食当番以外の人も盛りつけ表や黒板の写真を確認して、
正しい位置に食器を置き、「いただきます」をするまで、静かに
待ちましょう。



かんき
換気をしよう



5月の行事食「かしわもち」を紹介します。

5月5日は「こどもの日」ですが、「端午の節句」でもあります。

3月3日に女の子の健やかな成長を祈る節句の「ひな祭り」（桃の節句）が
ありますが、男の子の健やかな成長を願うのが「端午の節句」です。

端午の節句に食べられる行事食には「かしわもち」があります。柏の木は、新しい芽が出るま
で古い葉が落ちないため、柏の木のように親から子へ、子から孫へと命がつながることを願って、
端午の節句に「かしわもち」を食べる風習があります。

5日は休日で学校が休みのため、給食では2日（木）に「かしわもち」が出ます。



5月17日（金）の給食は、「宮っ子ランチ」の日です。

「宮っ子ランチ」は、私たちの住む宇都宮市の特産品や文化など、宇都宮の良さを
知る事ができる給食で、市内の全ての小中学校で実施されています。「宮っ子ランチ」は年に4回実施し、
今回は春の「自然のめぐみキラキラ献立」です。

宇都宮市には、鬼怒川、田川、釜川、姿川などの川が流れており、水資源が豊富で肥沃な農地を
作っています。「農業王国宇都宮」といわれるほど、農作物が豊富に作られています。

主菜の「豚肉と宮野菜いため」は今の時期、宇都宮でたくさん採れるトマトとアスパラガスを児童
のみなさんにおいしく食べてもらうために考えた料理です。料理のレシピは、レシピ検索ウェブサ
イト「クックパッド」で検索できます。ご家庭でもぜひ作ってみてください。



毎月のトマト給食について

宇都宮市のトマトは作付面積が県内1位であり、ブランド農産物として取り上げられています。
また、子どもたちが地域への理解を深め、郷土への愛情を育むことを目的として、全小・中学校
において、トマト給食が提供されています。

4月から6月は宇都宮市産トマトの生産量の最盛期であり、安価でおいしいトマトが入手でき
ます。ぜひご家庭でも宇都宮市のトマトを食べてみてはいかがでしょうか。