



R8年3月

宇都宮市立城山西小学校

～お子様と一緒に読んでください～

寒さの中にも春の気配を感じるようになりました。

いよいよ今年度も残りわずかとなりました。1年間、子どもたちの笑顔と「おいしい！」の声に支えられたことに感謝の気持ちでいっぱいです。

最初はあまり量を食べられなかった1年生も、今ではしっかり食べることができるようになりました。日ごとに頼もしく成長する子どもたち。食事の時間を通して、「食べる」ことへの興味や意欲が感じられるようになってきました。

食べることは、心と体を育てる大切な時間です。これからも食事を通して「食べることは生きること」と感じられればと思います。

## いちねん きゅうしょく かえ 一年の給食をふり返ってみよう!

### きゅうしょくじゅんび 給食準備について

- ・教室や机の上を食事をするのにふさわしくして食べられましたか?
- ・トイレや手洗いはきちんと済ませてから席につきましたか?
- ・白衣やぼうし、マスクなど給食当番の身支度はきちんとできましたか?
- ・給食当番では、上手に配膳できましたか?



給食の配膳は、飛沫防止のため、ふれあい広場に入るときから「いただきます。」をするまで全員マスクを着用します。忘れずに持ってきてください。

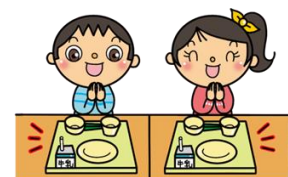


### えいよう 栄養について

- ・毎日、おいしくしっかり食べられましたか?
- ・給食にどんな食べ物が使われ、どんな料理になって出てきたか毎日学ぶことができましたか?
- ・食べ物のおもな栄養の3つのはたらきに注意しながら、いろいろな食べ物をかたよりなく食べることができましたか?
- ・朝ごはんは毎日食べられましたか?
- ・おやつは時間と量を決めて食べられましたか?

### きゅうしょくじかん 給食時間について

- ・楽しい給食時間を過ごせましたか?
- ・毎日の給食メモのおはなしをきちんと聞けましたか?
- ・食事中、「いただきます」「ごちそうさま」「ありがとう」などのあいさつはしっかりできましたか?
- ・みんなと食べる速さも合わせながら、楽しく会食できましたか?
- ・食べた後はすぐに動かず、静かに休むことはできましたか?



給食委員会の5、6年生が、毎日給食を作ってくださいる給食調理員さんに感謝の手紙をお渡ししました。

給食調理員さんから、「城山西小の子たちは、毎日給食をたくさん食べてくれるのでうれしい。これからもたくさん給食を食べてください。」との言葉をいただきました。

今年度の給食委員会の活動もこれでおしまいです。委員会の5名は、毎日の牛乳パック洗いや献立の放送など、給食の運営を頑張ってくれました。1年間お疲れさまでした！



## <2月の給食より>



### <抹茶ミルクあげパン・りっちゃんサラダ・チキンポトフ>

人気のあげパンに、抹茶ミルク味が登場です。渋みをおさえた甘い味付けは、主に低学年に人気でした。りっちゃんサラダは、1年生の国語「サラダでげんき」より。キャベツ、きゅうり、コーン、にんじん、トマト、ハム、塩昆布、かつお節と具材が盛りだくさん！

## 《卒業後も城西の味を！給食レシピ》

### ライスコロッケ

★6年生のリクエストで2月に再登場しました。少々工程は大変ですが、春休みにぜひお子さんと作ってみてください。

材料と分量（1人分） バジル味・カレー味 1つずつ

ごはん	80g×2	たまご	1つ
バター	1g×2	小麦粉	大さじ2
バジルパウダー・カレー粉	0.5g×2	パン粉	大さじ6
とろけるチーズ	10g×2	塩・こしょう	少々
【ソース】ダイストマト缶	20g	ウスターソース	5g
砂糖	2g	ケチャップ	15g



- ① 温かいごはん、それぞれカレー粉・バジルパウダー、塩こしょう、バターを混ぜて、中央にチーズを入れて丸く形成する。
- ② 小麦粉・たまご・パン粉の順に付けて、170～180℃の油でこんがりするまで揚げる。
- ③ ソースの材料を合わせて軽く火を通し、皿の下によそい、上にライスコロッケを乗せる。

今年度も大変お世話になりました。1年間の食育活動を通して、「食べることの楽しさ」や「感謝の気持ち」を感じてもらえる場面が多くありました。

これからも子どもたちが毎日楽しみになるような、安心安全な給食づくりを続けていきたいと思っております。これまでご協力いただいた皆様に心よりお礼申し上げます。

来年度も、どうぞよろしくお願いいたします。

