



第9号 令和4年3月14日発行 豊郷北小学校

今年度も残りわずかとなってきました。4月の頃から比べると、体も心も成長したのではないのでしょうか。6年生にとっては、小学校生活最後の給食となります。給食が思い出として残ってくれたらうれしいです。

1年生から5年生のみなさんも、今年1年を振り返り、4月からの新しい生活をスムーズに始められるようにしましょう！

1年間の食生活をふり返ってみよう！ ★お家の人とやってみましょう

毎日しっかり朝ごはんを食べましたか？ 	よく噛んで食べましたか？ 【目標】一口30回以上！ 	正しい箸の使い方、上手に食べられましたか？ 	いくつ当てはまるものがありましたか？ 6つすべて「はい」の人は、これからもその調子で続けていきましょう！ 残念ながら「いいえ」が1つでもある人は、来年は意識をして、少しでもできるものを増やしていきましょう！
食事の前の手洗いはよくできましたか？ 	感謝の気持ちを込めてあいさつを言えましたか？  いただきます	食べ物に興味をもつことができましたか？ 	

いちごについて

栃木県は、いちごの生産量・収穫量が日本一です。冬の日照時間が長く、昼と夜の寒暖差が大きい気候のため、いちごの生育に適しています。

いちごにはビタミンCが豊富に含まれており、風邪予防や美肌効果が期待できます。また、様々な種類があり、日本で最も多く栽培されている品種が「とちおとめ」です。給食では、2018年に生まれた新品種の「とちあいか」を使って、給食で人気のフルーツポンチを提供しました。

【給食室の様子】



いちごを洗浄・消毒をしてから、一つ一つヘタを取り、カットします。



とちぎの愛される果実

||

とちあいか



「とちあいか」は断面がハートの形になります！鮮やかな赤色で、甘さが際立っています。



食物アレルギーとは

食物アレルギーとは、原因となる食物を摂取した後に皮膚のかゆみや、じんましん、湿疹などの症状が引き起こされることをいいます。その他の症状では、腹痛や呼吸困難など全身に症状が現れるのも特徴です。ひどい時には命に関わる場合もあります。

食物アレルギーの原因となる食べ物は年齢や人によって様々です。今までは食べることが出来たものでも、突然アレルギー症状が出る場合もあります。

給食では、宇都宮市の安全性を最優先に考えた原則に従い、食物アレルギーがある場合は医師の診断の下、原因食品を除去したものを提供しています。

原因食物【特定原材料】 重篤度の高い7品目は表示義務があります。



※ご不明点や不安なことがありましたら、栄養士にご相談ください。

～お知らせ～

1年生～5年生は、白衣の使用が3月17日までとなりますので22日・23日・24日の3日間はエプロンと頭おおいの持参をお願いします。

また、4月は8日から給食が出ますのでランチマットを忘れずにご用意ください。

2月分学校給食野菜 産地報告

北海道	たまねぎ	じゃがいも	愛知県	キャベツ
茨城県	ピーマン	チンゲンサイ	新潟県	大豆もやし
長野県	えのき		埼玉県	ねぎ
栃木県	ごぼう	大豆もやし	高知県	きゅうり
宇都宮	もやし			

お問合せは学校、または栄養士 野澤までご連絡ください。

地産地消 野菜 はくさい・だいこん・さといも・にんじん・お米

給食食材の放射性物質検査結果

宇都宮市で収穫された「にんじん」を検査に提出しました。検査結果は、放射性ヨウ素・放射性セシウムともに不検出でした。

※裏面のお知らせもご覧ください。