

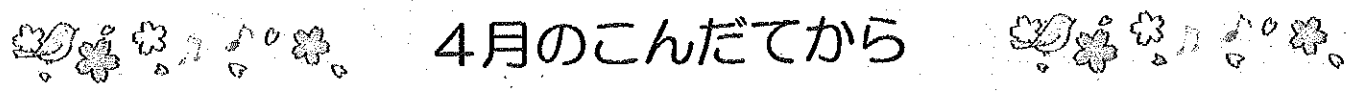
きゅう しょく

# 給食だより

4月

神の倉小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。  
 春の風がさわやかに感じられる季節となり、いよいよ新学期が始まりました。新学期からも、きまりを守って楽しい給食の時間を過ごしましょう。



## 4月のこんだてから


ちさんちしょう  
**【地産地消】 「みんなで食べる! なごや産」の日**

14日(金) ごはんは、港区・中川区産の米「あいちのかおり」を使用します。  
 ゆばのコンソメスープには、中川区産のみつばを使用します。



とくべつこんだて  
**【特別献立】 姉妹友好都市の日「ロサンゼルス市」 24日(月)**

サンドイッチバンズ ・ 牛乳 ・ ハンバーガー  
 そえ野菜 ・ チキンスープ ・ パインゼリー



名古屋市とロサンゼルス市は、1959年4月1日に姉妹友好都市として仲良くしようという約束をしました。これを記念した献立です。ロサンゼルス市は、カリフォルニア州の南部に位置するアメリカ西海岸を代表する大都市です。

名古屋市には、6つの姉妹友好都市があります。5月には、イタリアのトリノ市、9月オーストラリアのシドニー市、10月フランスのランス市、12月中国の南京市、2月メキシコのメキシコ市の特別献立を実施します。  
 それぞれの国の料理を味わいましょう。

**【ふるさと献立】 ~ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう~**



26日(水) …えびフライ 名古屋で親しまれている食べ物です。

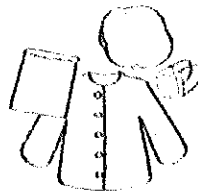
ふるさと献立は、名古屋や愛知にちなんだ様々な特産物や季節の変化、人々の生活と結びついた料理を取り上げた献立です。この地域に脈々と受け継がれる食文化を紹介することを通して、郷土に対する愛着と理解を深めていくためのものです。

# ～協力して給食の準備をしましょう～

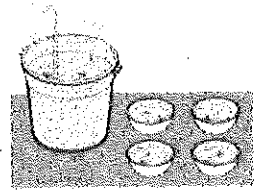
みんなが楽しい給食の時間にするためには、ひとりひとりの協力が大切です。みんなで協力しましょう。



石けん液をつけて、しっかりと手を洗いましょう。



身じたくをしましょう。



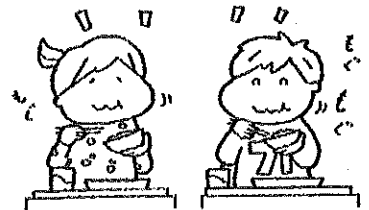
ひとり分の量を考えて、ていねいに盛り付けましょう。



座って静かに、待ちましょう。



心をこめて、「いただきます」や「ごちそうさま」の食事のあいさつを言いましょう。



よくかんで楽しく会食しましょう。

## ～給食について知ろう～

給食は、成長期のみなさんが一日に必要な栄養量の約3分の1がとれるように考えられています。また、不足しがちな栄養素であるカルシウムやビタミン類は多めにとれるようになっていきます。給食には、いろいろな食品が使われるので、その名前や体の中での働きなどをたくさん覚えていきましょう。

### ○ 主食

ごはん（週に3回程度出ます。）  
 麦ごはん、ロウカット玄米ごはん  
 五穀ごはん、赤飯も出ます。

### パン

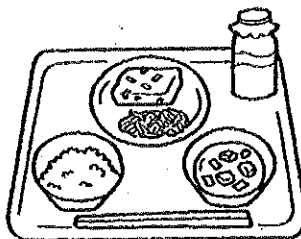
スライスパン、プレーンロールパン  
 ミルクロールパン、小型ロールパン  
 サンドイッチロールパン、クワツサン  
 米粉パンなどが出ます。

### めん

ソフトめん、うどん、中華めんなどが出ます。

### ○ デザート

ゼリー、ヨーグルト、くだもの  
 などが出ます。



### ○ 牛乳

毎日出ます。

### ○ おかず（主菜、副菜）

煮もの、揚げもの、  
 あえもの、ソテー、汁もの、  
 シチューなどがあります。

いろいろな食品を  
 使って栄養のバランスをと  
 のえています。

