

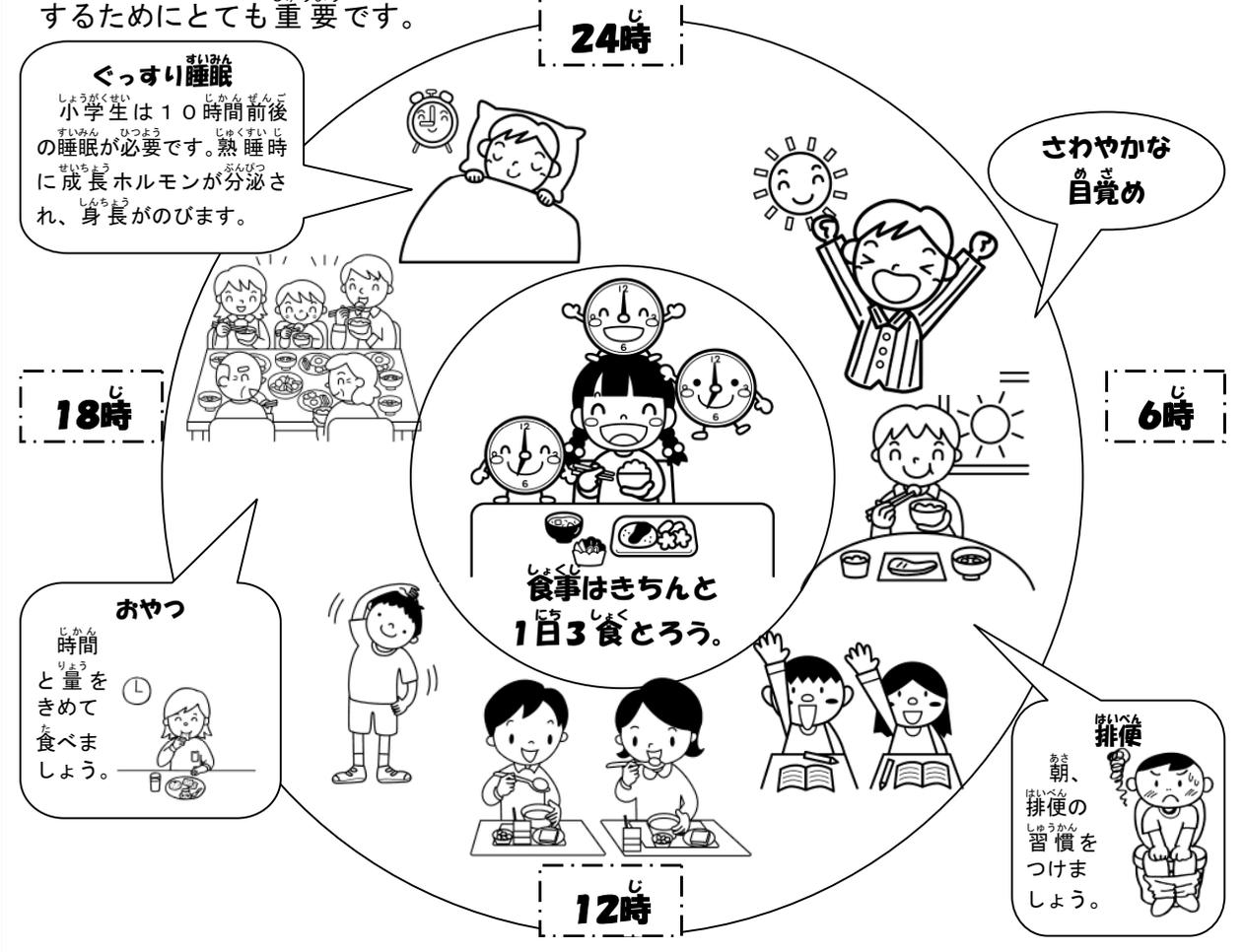
きゅうしょくだより5月

桜小学校

風薫る5月になりました。新学期が始まって1ヶ月が過ぎ、新しい環境にも少しずつ慣れてきたことと思います。暖かくなって過ごしやすい時期ですが、連休や運動会もあり疲れが出やすくなります。そんな時こそ、生活のリズムを整えて、十分な睡眠をとるように心がけましょう。規則正しい食生活をおくり、毎日元気でいられるようにしましょう。

健康づくりは生活のリズムと食事から

私たちのからだは、1日の中である一定のリズムにしがって活動しています。おながすくのも眠くなるのも、このリズムのひとつです。生活リズムが崩れると健康に異常が出やすくなります。早寝・早起き規則正しい食事をとることはからだのリズムを整え、維持するためにとても重要です。



<5月の給食の目標>

- 衛生に気をつけて配膳しよう。
- 好き嫌いをしないで食べよう。

給食の放射性物質の検査結果についてお知らせいたします。

先日、桜小学校の給食の放射性物質測定が行われましたので、結果をお知らせいたします。

給食食材検査日		検査結果	
		ヨウ素131	セシウム134・137の合計
4月24日	給食1食分	不検出	不検出

測定器：ベルトールドジャパン株式会社製ガンマ線スペクトロメーター(ドイツ製)
 検出限界値：10ベクレル以下

* なお、測定結果は郡山市のホームページで公開されております。
 * 5月1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)が桜小学校の給食の検査日です。

給食レシピ LOOK*COOK*COOK*COOK*COOK*COOK*COOK*COOK

材料(4人分)

ぶたロース50g・・・4枚

りんご・・・20g

しょうが・・・1.5g

しょうゆ・・・大さじ2

酒・・・小さじ1

さとう・・・小さじ1

サラダ油・・・適量

<ぶた肉のアップルソース焼き>

- ① りんごとしょうがはすりおろす。
- ② ①と調味料をあわせ、ぶた肉に下味をつける。
- ③ ②のぶた肉を焼く。

つくってみませんか 11日のこんだてから

給食がはじまりました。

<1年1組の様子>



先生の話聞きながら、友達と楽しく給食を食べています。

<1年2組の様子>



<1年3組の様子>



準備も片付けも、少しずつ覚えてきています。

1年生もはじめは緊張していましたが、今ではみんな楽しそうにモリモリと給食を食べています。

給食室の様子

今年度も給食調理作業の業務委託先は「株式会社商工給食」です。今まで同様、安全でおいしい給食を提供するために、細心の注意をはらいながら給食を作っています。



野菜は下処理室で皮をむき、シンクで3回水洗いをしています。(下処理室では、専用の靴とエプロンを着用します。)



みそ汁などは釜二つで約560人分を作ります。

4月の給食で使用した主な食材の産地をお知らせいたします

人参(徳島、静岡)、玉ねぎ(北海道)、キャベツ(神奈川)、白菜(茨城)、かぶ(埼玉)、大根(千葉)、ごぼう(青森)、セロリ(静岡)、もやし(福島県郡山市)、ねぎ(茨城、群馬)、生姜(高知)、にんにく(青森)、竹の子(福岡)、パセリ(千葉)、ほうれん草(茨城、栃木)、小松菜(茨城)、ピーマン(茨城)、ミニトマト(愛知)、じゃがいも(鹿児島)、さといも(宮崎)、冷凍さやいんげん(北海道)、冷凍コーン(北海道)、冷凍グリーンピース(アメリカ)、まいたけ(新潟)、しめじ(長野)、えのき茸(新潟、長野)、いちご(栃木)、ジュシーフルーツ(愛媛)、乾燥だいち(青森)、生わかめ(徳島)、鮭(北海道)、笹かまぼこ(宮城)、かえり煮干し(瀬戸内)、鶏肉(岩手、宮城、青森)、豚肉(群馬、山形、福島)、無添加ベーコン(栃木、岩手、宮城)、無添加ハム(栃木、岩手)、鶏卵(栃木)、ヨーグルト(岡山)、牛乳(福島)、学校給食米(郡山市23年産)