



がつきゅうしょく 6月給食だよ!

令和元年5月31日
嘉瀬小学校 給食室



給食試食会

5月23日に1年生の保護者を対象に給食試食会を行いました。お家の人が見守る中、給食の準備はいつも以上にはりきって行っていました。この日のメニューは「ご飯・さばのカレー煮・キャベツと油揚げの和え物・みそ汁・牛乳」でした。子ども達はお家の人と一緒に食べる給食が嬉しかったようで、笑顔もこぼれ会話も弾んでいました。

★試食会後の保護者のアンケートより★

・献立に関して

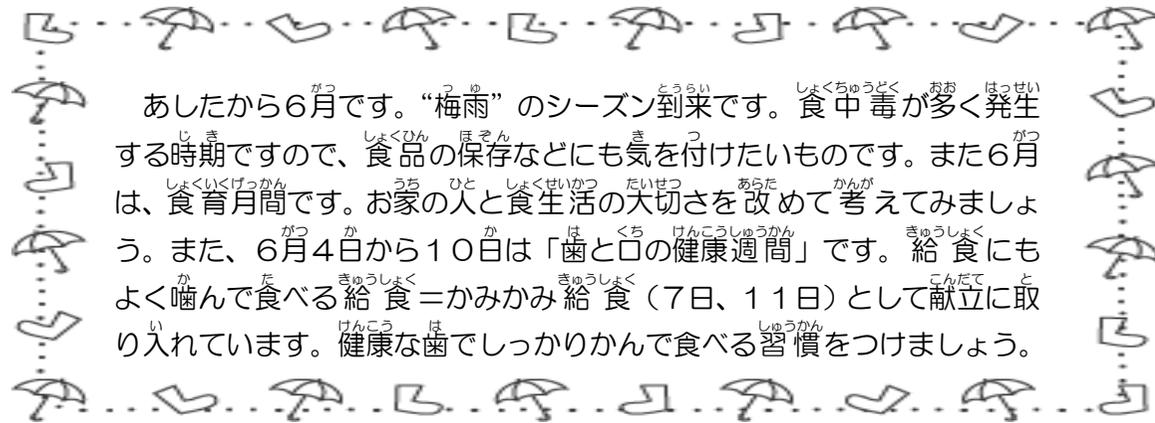
◎味付けがおいしくて野菜やダシの味をしっかりと味わうことができととても満足な昼食でした。

◎家では、濃いめの味付けだと感じ、給食の味でおいしく食べられたので、気を付けなければと思いました

・感想

◎子どもたちがとても楽しそうに食べていて一緒に食べることができ様子もみられてよかったです。

◎ごはん茶碗にご飯粒がついているのをとるのに苦労していた。順番にたべることを家でも指導したい。



あしたから6月です。“梅雨”のシーズン到来です。食中毒が多く発生する時期ですので、食品の保存などにも気を付けたいものです。また6月は、食育月間です。お家の人と食生活の大切さを改めて考えてみましょう。また、6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。給食にもよく噛んで食べる給食＝かみかみ給食(7日、11日)として献立に取り入れています。健康な歯でしっかりかんで食べる習慣をつけましょう。

6月は“カルちゃん給食”です。



5日、7日、
10日、11日

カルシウムは、主に歯や骨の主成分です。成長期の子供たちにとって日ごろからカルシウムを摂取することは、とても大切なことです。骨がもっとも成長する時期は女性が11歳～15歳、男性が13歳～17歳といわれています。成長期の子供たちにとって日ごろからカルシウムを摂取することは、とても大切なことです。しかし、カルシウムは、日本私たち日本人にとって不足しやすい栄養素の一つでもあります。毎日骨(こつ)骨(こつ)カルシウムをとってしょうぶな骨や歯をつくりましょう。

カルシウムを多く含む食品

牛乳・ヨーグルト・チーズ・シシャモ(丸ごと)
豆腐・ヒジキ・納豆・煮干(丸ごと)・切干し大根
乾燥ワカメ・のり



1日に必要な量は700mg(9～11歳)です。
学校給食では1日に必要な量のおよそ半分(290mg)
のカルシウムをとっています。

子供たちの様子について	そう思う	どちらとも言えない	そう思わない
準備はテキパキ出来ていた	29	1	0
食事のマナーを守り行儀よく食べていた	23	7	0
箸や食器は正しく扱っていた	24	4	2
おかずとご飯を交互にバランスよく食べていた	10	15	5
時間内に残さず食べていた	23	5	2
楽しそうに食べていた	28	2	0

お忙しい中、参加していただいた保護者の皆様、また、協力していただいた給食委員の方々本当にありがとうございました。上記のアンケートの、「そう思わない」項目については学校の方でも指導を行います。ご家庭の方でも声掛けをお願いします。

