

学校教育目標

「なりたい自分 えがく めざす かなえる とともに」

平成 30 年 12 月 3 日
京都市立七条第三小学校
校 長 中村 佳明
栄養教諭 原 由華

いただきます！給食週間号

☆給食週間が始まります☆

七条第三小学校では、12月3日（月）～12月7日（金）までの1週間で「給食週間」にしています。給食や食べ物、給食に関わる人々について知り、食の大切さについて考え、これまでの給食の食べ方をふりかえる期間にしましょう。

★12月7日（金）の3時間目は、給食集会を行います。

給食委員会による楽しいゲームやクイズが計画されています。中間休み終了の音楽が鳴ったら、自分のたてわり教室に集まりましょう。

★12月7日（金）の給食時にはセレクトデザートがつきます。

何を選んだか覚えていますか？デザートだけでなく、おかずやごはんもしっかり食べましょう。

★クラスで、給食標語の作成に取り組みます。

みんなの給食に対する思いや、給食調理員さんをはじめ給食に関わる人への気持ちを、5・7・5の形で表現してみましょう。

ごはんやパンを残していませんか…？

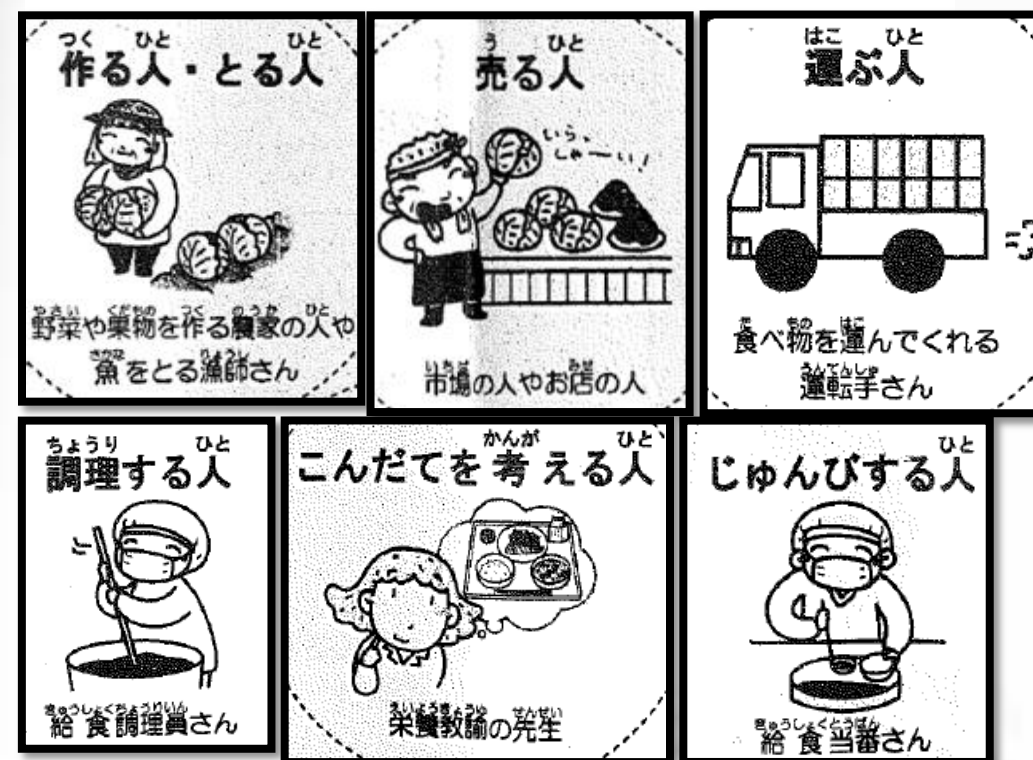
人の体は食べた物からつくられ、食べ物のパワーで動いています。ひとつひとつの食材には、それぞれ「その食べ物にしかない力」があり、みんなの健康を支えています。たとえばごはんやパンは、寒くなるこれからの時期に、体をあたためるエネルギーになってくれます。

クラスの人々と一緒に食べる給食は、体と心の栄養となるものです。みんなで仲良く楽しい給食時間にし、体にも心にも元気をチャージしましょう！成長期のみんなにとっての一食一食は、未来の健康、そしてなりたい自分の実現へとつながっています。



給食委員会で考えたキャラクター「うまみ太郎」です。73949（七三給食）と書かれた服を着て、カレーライスのぼうしをかぶり、にんじんと大根のくつをはいています。ベルトは魚のデザインです。給食週間にいろんな場所で活躍します。探してみてね。

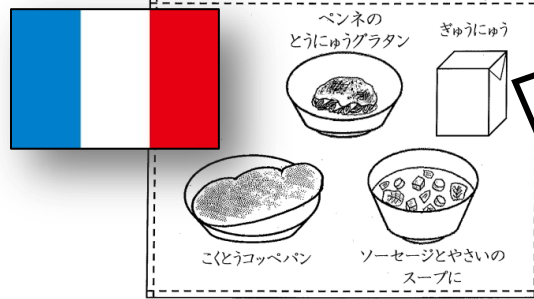
みんなのもとへ給食が届くまで ～まとめ～



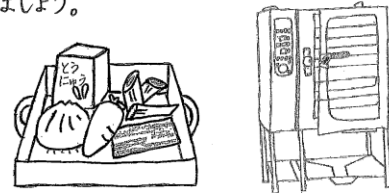
9月から11月までの「いただきます！」で、みんなのもとに給食が届くまでに関わってくれている、たくさんの人々を紹介してきました。みんながいつも当たり前のように食べている給食は、実はたくさんの方の仕事や「みんなのために」という思いにささえられているのですね。

12月の目標
いろいろな国の食べ物を知ろう

11月28日（水）



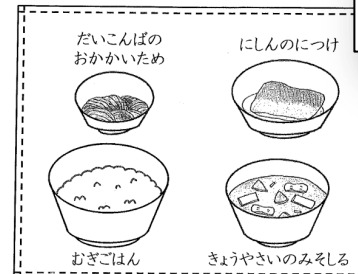
グラタンはフランスで生まれた料理で、ヨーロッパのいろいろな国で食べられています。今日は、**豆乳**と**ペンネ**を使い、スチームコンベクションオーブンで焼きました。ペンネは、パスタの一種でペンの先の形をしています。ペンネのもちもちとした食感と、豆乳のとろりとした味を楽しみながら食べましょう。



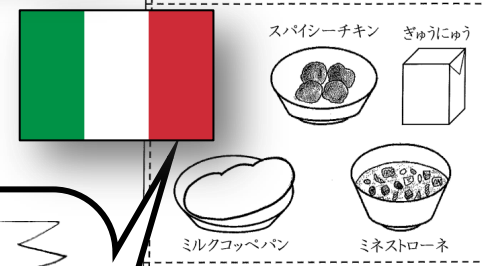
京都では、大みそかの夜に「にしんそば」を食べる習かんがあります。昔、海から遠い京の都では新せんな魚を手に入れることがむずかしかったので、干したにしんを料理に使ってきました。



12月6日（木）



12月5日（水）

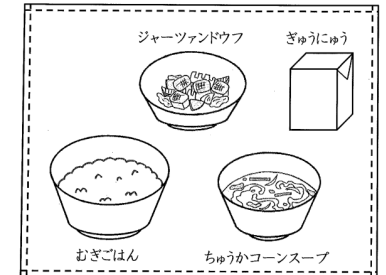


ミネストローネ

ミネストローネとは、野菜をたくさん使ったトマト味のスープのことです。イタリアの家庭でよく食べられています。



12月10日（月）



学校給食のこだわり

- ★味覚を育てる手作りの献立
 - ・昆布や削り節からとる天然のだし
 - ・具から作る「がんもどき」、「春巻き」
 - ・一つ一つ衣をつける「ヒレカツ」、「さばのたつたあげ」などの揚げ物
 - ・ルーから作る「カレー」や「シチュー」

- ★地産地消（知産知消）の献立
 - …府内産を中心とした京野菜を取り入れ、体にも環境にも優しい献立
 - 「京野菜のみそ汁」、「伏見とうがらしのおかか煮」
- ★京都や日本の食文化を継承する献立
 - …「にしんなす」、「小松菜と切り干し大根の煮びたし」、「ひじき豆」

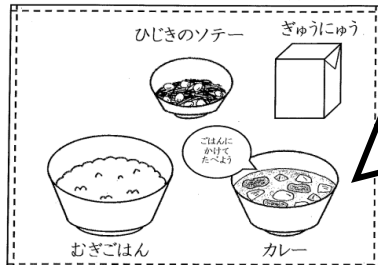
などがあります。

保護者の皆様へ

本校では12月3日から7日までの1週間を給食週間とし、たてわり班で食に関するゲームに取り組み、クラスで掲示物の作成に取り組みます。

学校給食は、身体の健全な成長だけでなく、心の栄養にもなるよう献立を作成し、日々の給食指導を行っています。ご家庭でもぜひ、給食週間や食についての話題も取り上げていただきますよう、よろしくお願いします。

12月3日（月）



カレー

カレーはインドの料理です。インドではいろいろなスパイスを使って作ります。

給食では、ターメリックやとうがらしなどが入ったカレー粉のほかにローリエやオールスパイスを使っています。またヨーグルトやチーズをくわえてまろやかにしています。

