

月(曜)	⑫ 5月7日(木)	⑬ 5月8日(金)
献立名	① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛	① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛
材	① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛	① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛
料	① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛	① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛 ① 煮 麦 牛 ② 煮 牛 ③ 煮 牛

[illegible]

5月分 アレルギーの原因物質を含む食品の表示について			
日	献	立 名	アレルギーの原因物質
			鶏卵 大豆 小麦 牛乳 花生 えび かに
5/27	①	ひじきのソテー	×
5/26	⑧	ビビンバ(具)ナムル	×
5/28	⑨	高野豆腐と野菜のまがせ	×

* たらこ、ししゃも、わかざき、きびごな、はたはた、にしん、しらすほし、すほし等については、魚卵が含まれる可能性があります。

* 魚の切身については、加工時に洗浄されていますが、魚卵を含む可能性が全くなくなるわけではありません。

* 魚介類・海藻類は、いが及びえび・かに・その他甲殻類、またはアレルゲンである甲殻類由来のタンパク質が極めて微量ながら検出される可能性があります。

* 揚げ物の献立の油については、油(揚げ用)と表記します。油は、1回で捨てずに何回か使用するため、他の食材の成分等が油に残っている可能性があります。

* 生うどんは「そば」「卵」「大豆」、干うどんは「そば」「やまいも」のコンタミネーションがあります。

* 原材料やコンタミネーションについては、「京都市小学校給食用物資(パン・加工品)原材料一覧表」に掲載していますので、必要な方は学校にお尋ねください。

③ 5月13日 (水)	⑬ 5月14日 (木)	④ 5月15日 (金)
(黄) ミルクココペパン 25g (赤) 大豆と鶏肉のトマト煮 28g ① ほうれん草のソテー 50g ② ③ ① (赤) 鶏肉 (もち) 28g (赤) 大 ね 28g (緑) た ま 50g (緑) に ん 10g (緑) ホールトマト缶詰 27g (黄) サラダ油 1g トマトケチャップ 4.3g ウスターソース 2.7g 塩 0.8g こしよ 0.02g □ーりエ 0.01g ② (緑) ほうれん草 70g (緑) コー 15g (黄) サラダ油 0.7g 塩 0.3g こしよ 0.01g うすくちしよ 1.1g ③ (赤) チーズ(型) 1個 (15g)	(黄) 麦 20g (赤) 牛 40g ① 平太とこんじやくの煮つけ 10g ② 切半大根の三杯酢 20g ③ フルーツ寒天 0.7g ① (赤) 鶏肉 20g (赤) 平 40g (緑) に ん 10g (黄) こ に や 20g み 温 り 0.7g こいくちしよ 1.7g ② (緑) に ん 7g (緑) 乾燥切干大根 5g (赤) 細切こんぶ 0.5g (黄) い り 2g (黄) さ と う 0.9g こいくちしよ 0.5g うすくちしよ 2g 米 酢 1.7g ③ (緑) 菊かん缶詰 15g (黄) バインアップル缶詰 15g 粉 寒 と 0.5g (黄) さ う 6g	(黄) 減量ごはん 30g (赤) 牛 20g ① カシーうどん 15g ② 小松菜とひじきのいためもの 25g ① (黄) 干うどん 20g (赤) 鶏油 15g (赤) た あ 25g (緑) 細ね 20g (黄) さ ね 0.8g み ね 1.1g 力 し 塩 0.6g こいくちしよ 2.5g うすくちしよ 4g 片けだ 2g し 昆 2g ぶ 1g (黄) 小松菜 50g ひ じ ま 2g ご い り か 0.5g い 花 さ と り 2g さ み 0.4g こいくちしよ 1g う 3g

 地産地消献立

 和 (なごみ) 献立

 今月のセルフまぜごはん

⑥ だけのごはん(具)……………油あげ・たけのこ・干しだけの具を各自がごはんに混ぜて食べます。

⑦ ビンバ(具)肉と卵……………皿に盛りつけた《肉と卵》と《ナムル》の2種類の量を各自がごはんのの上にせて、混ぜて食べます。

「大切にしたい給食の時間」

梅小路小学校 教諭 大味 祥恵

「じゃあ、給食の用意しようか。」という給食のはじまりをつづける一言で、「やったあ。」早く、今日の給食カレンダーを見て。」と教室が一気に盛り上がります。子どもたちは給食の時間をとても楽しみにしています。当番の仕事も「自分たちでできるよ。」と1年生の子どもたちも誇らしげです。「いただきます」を言って、子どもたちが友だちと一緒に笑顔で給食を食べている時間は、担任にとっても気持ちがいい時間です。

給食主任として学校全体の給食運営にかかわるようになって、たくさんの方の手で安心安全おいしい給食が毎日子どもたちのところに届いていることを実感しています。国産小麦を使ったパンの回数が増えていることや京北米が給食に登場したことなどからもわかるように、食材は安全を考へて提供されており、地産地消の推進もなされています。校内では、給食調理員さん子どもたちがおおいしく食べられるようにと、ひと手間ふた手間を惜しまず毎日心をこめて作っていただいています。また、栄養の先生には食の指導をしていただいたり、食を通して子どもたちの成長を見守っていただいたりしています。さらにアレルギー対応については、管理職や養護教諭、担任など何人もの目でチェックし、間違いないように細心の注意を払って進めています。

3月に新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、学校が臨時休校となりました。楽しみにしていた献立が食べられなくて残念がる子どもの声や、「普段なら、給食があって本当にありがたいのに」という保護者の声も聞かれ、あらためて安全で栄養バランスのとれた給食の果たしている役割の大きさを感じました。

食を食べることは、生きることの活力のもとであり、食を見つめることが社会について考えるきっかけにもなるのではないかと思っています。毎日の給食の時間をこれからも大切にしたいです。

和食について知ろう

和食推進の日「和（なごみ）截立」とは…

平成25年12月に、「和食」がユネスコの世界無形文化遺産に登録されたことを受け、京都市小学校給食では、和食のよさを伝えていく取組を始めました。

平成27年6月より和食推進の日として「和（なごみ）献立」を毎月1回実施しています。「和（なごみ）献立」では、だしのうまみや季節感や旬を味わうことのできる献立、伝統行事にちなんだ献立等、和食の特徴やよさをより味わうことができますように工夫しています。

和食推進の日

5月の
5日

和（なごみ）こんだて

和（なごみ）こんだてで
大切にしている三つのこと

だしとうまみ

季節感と旬の食べ物

手際よく
しゃべり
よく

伝説食
行専食

和（なごみ）献立」の動画
教材で和食について学習した後、給食を食べます。
※京都市教育委員会のホームページで（PDF形式）
を見ることが出来ます。

京都市 和食推進の日」で検索してみてください。

【京都市 和食推進の日】で検索してみてください。

〔交通安全標語〕 自動車は、地球のために、老けんだよ、小学校5年村田陽
 〔環境標語〕 大切な地球のために、エコライフ、小学校6年中村泉葵

