

一 小給食室より

富士第一小学校 給食室
栄養教諭 加藤真澄

一年生の学校探検が始まり、毎日休み時間に「今日の給食は何ですか？」と給食室の入り口まで聞さに来てくれる子が増えました。調理員さんたちが「今日の給食は〇〇だよ。おいしく食べてね！」「今日は〇〇がおすすめです！頑張って作っているから楽しみにしていてね！」と返事をしています。

暑さが厳しくなる時期ですが、夏を元気に過ごすために欠かせないのが食事と睡眠です。食事はエネルギー補給だけでなく、水分補給の役割もあります。給食室ではおいしい給食を提供し、子どもたちが元気に過ごせるようにサポートしていきます。

～6月の給食献立より～ 6月は食育月間にちなんで、**ふるさと給食**を多く取り入れました。



6月3日(火)

牛乳 マーガリンパン

焼きそば フルーツのヨーグルト和え

焼きそばといえば富士宮ですが、富士市でも昔から太い蒸し麺で作る焼きそばが食べられていました。給食の人気メニューです。



6月16日(月)

牛乳 ごはん えびいもコロッケ

切干大根の炒め煮 豆腐と玉ねぎのみそ汁

切干大根を初めて食べるという子が何人かいました。カルシウムが豊富な食材なので、家庭でも積極的に取り入れるとよいですね。



6月18日(水)

牛乳 ごはん 手作りふりかけ 黒はんぺん

フライ 塩もみ野菜 豆乳入りみそ汁

手作りふりかけは、みそ汁のだしを取った後の鰯削り節で作りました。ご飯がすすむ味付けで、黒はんぺんとともに、好評でした。



6月26日(木)

牛乳 ソフト麺富士つけナポリタン

海そうサラダ

つけナポリタンは、富士市の名物料理として有名になりました。給食でも、ミートソースと同じくらい人気の麺メニューです。