



食育だより

2026年
4月号

長子配付

金沢市緑共同調理場



1年生のみなさん、入学おめでとうございます。2～6年生のみなさん、進級おめでとうございます。新しい学年がスタートしました。給食をしっかり食べて、たくさん運動して、元気な体をつくりましょう。にがてな食べものにもチャレンジできるといいですね。

こんげつ きゅうしょくもくひょう
今月の給食目標

きゅうしょく まも
～給食のきまりを守ろう～

楽しく安全に学校生活を送るためには、きまりを守ることが大切です。給食の時間も同じです。たくさんのきまりがあります。楽しい給食時間にするために、どんなことに気をつけたらよいでしょうか？みんなで確認してみましょう。



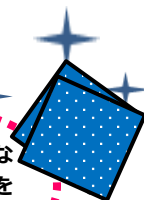
きゅうしょく まえ て
給食の前には 手をきれいに 洗いましょう。

みず
水でぬらすだけでは、手はきれいになりません。

つか
せっけんを使って、きれいに洗いましょう。

あと
あらった後は、せいけつなハンカチで手をふきましょう。

せいけつな
ハンカチを
よういしょう。



ふくそう
ただしい服装で

ぼうしのなかに、かみの毛が
はいつているかな？

はなみず
つばや鼻水がとばないように
マスクをきちんとつけましょう。



きゅうしょく
給食のじゅんびをしましょう。

つめは、みじかく切ってあるかな？



きゅうしょく じかん
マナーをまもり、たのしい給食の時間にしましょう。



いただきます



ごちそうさまでした

「ありがとう」のきもちをこめて、
食事のあいさつをしっかり言いましょう。
食事中は、立ち歩かずに、正しいマナーで
いただきます。



せずじをピンと
のぼして
よいしせいで
食べましょう。



ご入学、ご進級おめでとうございます。今年度も、安全でおいしい給食を通して、子どもたちが、楽しく、元気に学校生活を送ることができるよう応援していきたいと思ひます。このお便りでは、食事や栄養に関する情報をお伝えしていきます。

学校給食 7つの目標

健やかで丈夫な
体をつくる



食事の大切さを知り
望ましい食べ方を
身に付ける



協力し、マナーを
守って楽しく食べる



給食を作ってくれる
人への感謝の気持ち
を持つ



自然の恵みに感謝し
食べ物を大切にす



食文化を
未来に伝える



給食が届くまでの
過程を知る



7つの星がひかり輝けるようがんばります!

毎日の給食は、緑小学校に併設している、緑共同調理場で作られています。調理場では、緑小学校・木曳野小学校・安原小学校・金石町小学校・大野町小学校の5校の給食、約2000人分を場長、栄養教諭2名、20名の調理員で作っています。職員全員が子どもたちの健やかな成長を願ひ、安全でおいしい食事づくりをしています。

❀ ❀ おねがい ❀ ❀

毎月の献立表やおたよりに
目を通してください。

食育だよりの内容の話や
今日の給食はどうだった?から
家族で食について考えるきっかけ
作りができます。



給食のご意見を
おまちしています。

給食や緑共同調理場に関する
アンケートを受け付けています。
これからの給食づくりの参考に
します。



旬メニュー たけのごスパゲッティ(2人分)

スパゲッティ 150g
生筍中サイズ 1/5個
ベーコン 2枚
春キャベツ 2枚
ピーマン 1/2こ
にんにく 少々
オリーブ油 大さじ1
濃口しょうゆ 小さじ1
塩こしょう 小さじ1/2
スパゲッティゆで汁
お好み

- ① アク抜きした筍50gは短冊切り、キャベツは一口大、にんにくはみじん切り、ベーコンは1cm幅に切る。
- ② フライパンに、オリーブ油を熱し、にんにくを弱火で炒める。
- ③ ベーコンを炒め、ピーマン、たけのこ、キャベツを加えてさらに炒める。
- ④ 火がとおったら、調味料とスパゲッティゆで汁を加えて、塩茹でしたスパゲッティを入れ、ひとまぜし、仕上げる。

たけのご時短アク抜き

皮をむいて、横3等分に切り、ぬかを入れた水、又はお米のとぎ汁で柔らかく茹でて、そのまま冷まし水洗いをする。

*市販たけのご水煮でも作ることができます。