



給食カレンダー 4月

今月のめあて ・給食のきまいをまもろう



9 (木)

10 (金)

花見ずし
魚の豆乳ソース
すまし汁
花見団子
牛乳

ミルクロール
かぼちゃコロック
コールスローサラダ
米粉のシチュー
牛乳

【お花見の献立】



今年度最初の給食はお花見の献立です。新しいクラスで食べる久しぶりの給食。4時間目に給食時間の約束を全校で確認してから準備を始めました。「美味しかった」の声をたくさん聞くことができ、嬉しいスタートでした。

左の桜は運動場の桜が満開になった時に撮ったものです。今年は春休み中に満開を迎えました。

西南部小学校の給食は1階のあすなろ学級の奥、西南部共同調理場で作っています。西南部小学校だけでなく、押野小・米丸小・三和小の4校分を作っています。今年は毎日約2,640人分の給食を作ります。みなさんに「おいしい」と言ってもらえるように、安全でおいしい給食を協力して作っていきます。

このページでは、西南部小学校の給食についてお知らせしています。主に西南部っ子の声や西南部共同調理場の様子など、給食について栄養教諭が発信していきます。



新しいクラスで先生や友だちと給食のルールを確認して給食時間をきもちよくすごしましょう！





給食カレンダー 4月

今月のめあて ・給食のきまりをまもろう

13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)
<p>ごはん 魚の香味ソース こんぶ和え 肉団子のスープ 牛乳</p>	<p>ごはん 鶏肉の竜田揚げ 厚揚げとふきのみそ煮 かきたま汁 牛乳</p>	<p>ごはん えびシューマイ 春雨の オイスターソース炒め みそ豆乳スープ 牛乳</p>	<p>麦ごはん カレーライス ウインナー レモン風味漬け 牛乳</p>	<p>ミルクロール 鶏肉のてりやきソース マカロニサラダ コーンと青菜のスープ 牛乳</p>
<p>今日のお魚はさごし(さわら)です。さごしにしょうが汁や調味料で下味をつけ、片栗粉と米粉をまぶし、油で揚げました。香味ソースはねぎ、しょうが、にんにくを炒め、調味料で煮たものです。とてもおいしいので、「ソースだけでもおかわりしたい」との声も聞こえました。</p>	<p>今日から1年生の給食が始まりました。3限目に「きゅうしょくのじゅんぴのしかた」を担当の先生とお勉強をして、4限目に給食の準備を始めました。給食の準備も、給食を食べるのも、後片付けをするのも全部初めて！どのクラスでも上手に準備ができました。後片付けのタイミングで6年生がお手伝いに来てくれました。</p>	<p>みそ豆乳スープにはたくさんの材料が入っています。鶏肉、にんにく、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、もやし、ぶなしめじ、とうもろこし、ねぎ。たくさんの材料から出てくるうま味を調味料が引き立ててくれます。調理員さんが丁寧に作った、おいしいスープができあがります。</p>	<p>今年度最初のカレーライスです。1年生もモリモリ食べてくれました。人気No.1のカレーなので、今日は多めに作りましたが、食缶はどのクラスでも空になって返ってきました。ところが、クラスによってはサラダの盛り残しが目立ち、とても残念でした。どの献立も盛りきって、しっかり食べてほしいと願っています。</p>	<p>1年生は給食で初めてパンを食べました。食べる前に担任の先生からパンは一口分ずつちぎって食べることを聞きました。最初に全部小さくした子、食べる時に一口分ずつちぎる子、様々です。パンにてりやきソースをつけて食べてもおいしかったですよ。</p>



新しいクラスで先生や友だちと給食のルールを確認して給食時間をきもちよくすごしましょう！





給食カレンダー 4月

今月のめあて ・給食のきまいをまもろう

20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)
キャロットピラフ ハートのハンバーグ ポテトサラダ 春野菜のスープ 豆乳ホイップいちごゼリー 牛乳 【入学・進級お祝いの献立】	ごはん 肉豆腐 きびなごの カリカリ揚げ 青菜のごま和え 牛乳 かみかみメニューの日 	ごはん 鶏肉と野菜の ヤンニョムソースからめ わかめとビーフンのスープ 果物 (オレンジ) 牛乳	ゆかりごはん じゃがいものそぼろ煮 あじフライ はりはり漬け 牛乳 かみかみメニューの日 	ミルクロール チキンナゲット たけのこスパゲッティ あさりと水菜の クリームスープ 牛乳
				
<p>今日は1年生の入学と2~6年生の進級をお祝いする献立です。先週から楽しみにしてくれていた1年生も多く、「ハンバーグがハートや〜」「ゼリーがかわいい」と喜んでもらえました。1年生は給食当番の各係が変わり戸惑いもありますが、準備は少しずつ慣れてきたようです。</p>	<p>肉豆腐は焼き豆腐で作っています。絹豆腐より固く、煮崩れしにくいです。今日は1校なかったのが84kgありました。おいしい煮汁のしみ込んだ材料はごはんが進むなと思いました。豆腐も美味しいのですが、おススメなのはおいしい煮汁をよく吸った車麩です。</p>	<p>ヤンニョムソースの調味料は、コチュジャン、濃口しょうゆ、三温糖、本みりん、トマトケチャップです。見た目は少し辛そうですが、甘めの味つけなので意外性があったようです。 ビーフンはよく素麺と間違えられます。乾燥した状態の麺を見てもらうと驚かれます。</p>	<p>今日はカミカミメニューです。給食ではよくかんで食べることを意識した献立を一月に2回以上取り入れています。 はりはり漬けには割干し大根を使っています。ご家庭ではなかなか食べる機会のない乾物です。切干し大根よりも太くて短いので、噛み応えもあります。</p>	<p>今年は表年といわれる筍。今日は金沢産の筍が届きました。皮をむいて、3回洗い、包丁で切り、下茹でをするのは手間がかかります。ですが生の風味と歯ごたえを味わえるのは旬ならではの味です。今日は80kg、約150本のたけのこを使用しました。折角なので職員室前や教室で皮を見てもらいました。</p>



新しいクラスで先生や友だちと給食のルールを確認して給食時間をきもちよくすごしましょう！





給食カレンダー 4月

今月のめあて ・給食のきまりをまもろう

27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	<p>おうちの方をお願い</p> <p>毎日お子さんに 清潔なマスクと 清潔なハンカチを 持たせてください。</p>  <p>ランドセルの中にも 予備のマスクを複数 入れてください。 卒業するまで6年間 毎日お願いします。</p>
<p>ごはん 四方はべんの ゆかり揚げ ひじきの炒め煮 ごま汁 牛乳</p>	<p>ごはん 魚のカレークリームソース ブロッコリーのサラダ キャベツのみそ汁 牛乳</p>	<p>昭和の日</p>	<p>春の遠足</p>	
			<p>お弁当を食べます</p> 	
<p>四方はべんは主に金沢で食べられている練り物です。以前は市内のかまぼこ屋さんでよく売られていました。片面が黄色い四角い練り物を知っている保護者の方もいるかもしれません。西南部共調に納品してくれるかまぼこ屋さんでは今はお店で売っておらず、給食で使用される分だけを作っているそうです。なかなかレアな食材です。</p>	<p>今日は赤魚を揚げています。赤魚は白身でおいしい魚ですが、身が軟らかいのが難点です。揚けている間に身が割れやすく、粉付けも揚げるのも気を遣います。</p> <p>カレーソースはバターで炒めた玉ねぎとピーマンを調味料で煮たソースです。牛乳が入っているのでカレー粉の辛味がマイルドになっています。</p>		<p>今日は遠足に行った先でお弁当を食べてきました。</p>	



新しいクラスで先生や友達と給食のルールを確認して給食時間をきもちよくすごしましょう！

