

食育だより



2023年度(令和5年度)

No. 1

★毎月19日は「食育の日」

福山市立御幸小学校

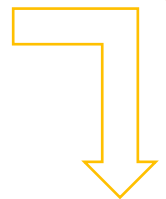
新年度が始まり、新しいクラスで食べる給食はどうか。御幸小学校の給食室で

は、毎日約960人分の給食を6~7人で作っています。たくさんの給食がどのように

きているのか、4月21日(金)に食べた「肉じゃが」ができるまでの様子で紹介します。



たくさんの野菜の
皮をむいて洗う



具材を順番に炒める



各クラスに
わ
つぎ分ける



「はりはり漬け」と「肉じゃが」の
レシピを裏面に掲載しています。

ぜひご家庭で作ってみてください。



調味料を加えて煮る



かんせい
完成!



しょくもつ 食物アレルギーについて知っておいてほしいこと

しょくもつ 食物アレルギー たいおうしょく 対応食が
でる日があります

しょくもつ 食物アレルギー たいおうしょく 対応食は、



おうちの人と学校が相談して決めています。

ほんにんに 届くよう、みんなで気をつけましょう。

アレルギーのある人は
できないことがあります



はだにふれたり、すい込んだりするだけで、

しょうじょう 症状が出ることもあります。きゅうしょく 給食の配膳や

そうじのときなど、できないことを助けて

あげられるとよいですね。

しょうじょう さまざまな症状が
あります



しょくもつ 食物アレルギーの いきくる 息が苦しくなる

しょうじょう 症状は、ひとによって



さまざまです。

おなかかいた痛くなる

しょくもつ 食物アレルギーの

ある人がつらそうに



していたり、食べた後、

じぶんになにか変わったことが起きたり

したら、すぐに先生に知らせましょう。

よろしくおねがいします



えんそく 4月28日(金)【遠足】と
えんそくよびび 5月2日(火)【遠足予備日】は
きゅうしょく 給食がありません。

べんとうづく お弁当作りでできそうなことは、
うちひと お家の人と一しょにしたり、ひとり
チャレンジしたりしてみましよう！

べんとうに入れる
りょうり 料理を考える

ごはんを炊いて
おかずを作る

べんとうばこ 弁当箱の中に
りょうり 料理をつめる

