

食育だより

4月

福山市立駅家西小学校
食育だより No.1
2026年4月21日(火)

しんねんど きゅうしょく

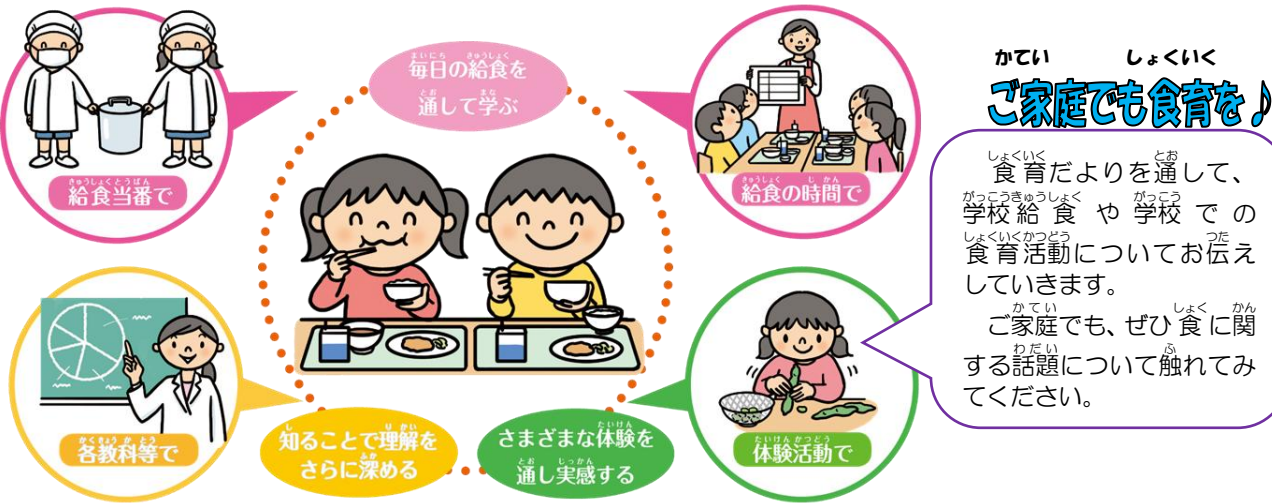
新年度の給食がスタートしました



保護者の皆様、ご入学・ご進級おめでとうございます。平素より学校給食運営につきまして、ご理解とご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

学校給食では、子どもたちの体と心の成長を支えるために、栄養バランスを考え、旬の食材や地場産物を取り入れて作っています。また、安心安全な給食提供が行えるよう、衛生面に細心の注意をはらっています。今年度も、毎日の給食が魅力あるおいしいものとなるよう、力を尽くしてまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。

学校の食育は学校給食を中心におこなわれます!



4月10日(金) 1年生初めての給食

- <メニュー名>
- ・カレーライス
 - ・牛乳
 - ・チーズサラダ



給食室からお祝いの気持ちをこめて「にゅうがくおめでとうシール」牛乳には貼りました。

6年生のみなさんが1年生の給食の配膳をお手伝いしてくれています。ありがとうございます!!

チーズサラダには、星形のチーズを使用しました。子どもたちがとても喜んでくれていました。



おかわりをする人がたくさんいました。楽しい給食時間を過ごすことができました。

給食レシピ

アスパラサラダ

材料 (4人分)		作り方
グリーンアスパラガス (斜め切り)	3本	① Aを混ぜ合わせておく。 ② キャベツ、グリーンアスパラガスを茹で、水気を切り、冷ます。 ③ ボウルに②、ロースハム、ホールコーンを入れ、①で和える。
キャベツ (角切り)	3枚分 (約100g)	
ホールコーン	30g	
ロースハム (角切り)	2枚	
サラダ油	小さじ2	
A 砂糖	小さじ2	
塩・こしょう	少々	グリーンアスパラガスには、疲れた体を元気にしてくれる「アスパラギン酸」というアミノ酸が多く含まれています。
酢	大さじ1と1/2	

お子様の食物アレルギー状況に変更が生じた場合、給食のことでご心配なことなどございましたら、いつでもご連絡ください。