

毎月 19 日は食育の日



仙台市立川前小学校 令和4年7月20日

### 給食費についてのお知らせ

コロナ禍や異常気象、世界情勢の影響による食品の値上げが生活に影響を及ぼしていることは、ご家庭でも感じていることと思います。これは学校給食においても同様です。特に、給食に使用する食材は安全性が第一であることや、成長期の子供たちに必要な栄養量を提供することが重要であることから、これまでも試行錯誤しながら提供してきたところです。しかし、止まらない値上げや食材不足への対応に困難をきたしてきたことから、この度、国からの「新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金」を活用し、学校給食費に補填されることになりました。内容は下記のとおりです。

小学校一食単価	290円
補填金額一食	10円
令和4年7月分から、一食単価	300円

なお、食材の生産やその運送に関わる輸送費などを含め、食糧に関わる状況はとても厳しいことは皆様も御承知のことと思います。今一度、子供たちにも「食べ物を大切に感謝して食べる」こととお話しいただきたいと思ひます。

### 夏休みも「早寝早起き朝ごはん+メテアコントロールデー」で元気に！

35日間の長い休みに入ります。それぞれの御家庭で、いろいろな計画を立てていることと思います。熱中症や夏バテ、食中毒、コロナなどに気を付けて元気に夏休みを過ごしてほしいと思ひます。また、時間がたくさんある夏休みは、是非食事の準備の手伝いや一緒に料理にチャレンジする機会も作ってもらえたらと思ひます。



テレビ・ゲームは時間を決めて！

### ～6月の食育月間の取組から～

#### 1 給食ペロリン賞（残食調べ結果）

- ☆ 1位 3年2組
  - ☆ 2位 2年2組
  - ☆ 3位 3年1組
- \* ふだんから残食がほとんどないクラスです。これからも継続してほしいです。

給食委員会で、6月中旬の2週間、学級ごとに残食を調べました。どの学級も、残さないで食べようと取り組んでくれました。これからも、自分の体の成長と健康のため、食べ物を大切にする気持ちを持って、できるだけ残さず食べてほしいと思ひます。

#### 2 給食ペロリンカード チャレンジ賞

- ☆100%チャレンジ賞 1の1・2の2
- ⇒クラス全員が最後まで取り組みました！
- ☆チャレンジ賞 2の1・3の1・3の2
- 4の1・5の2

6月の一か月間、児童全員に給食を残さず食べたらカードに色を塗る「ペロリンカード」を配り取り組んでもらいました。児童の人数に対して80%以上の児童が最後まで取り組んだ学級にチャレンジ賞を贈りました。

#### 3 宮城の野菜・果物産地マイスターに認定！

6月の給食だよりでお知らせした、「段ボールをヒントに宮城県の野菜と果物の産地を当てるクイズ」に挑戦してくれた児童は43名でした。その中で全問正解者は30名でした。先日、全問正解した児童の皆さんには、マイスター認定証を贈りました。今回は、社会科の学習にもつながることから、高学年に多く参加してほしいのですが、参加者は中学年以下が多かったのがちょっと残念でした。次回は、高学年の皆さんにも多数参加してほしいと思ひます。

おめでとう  
ございます

# 夏休みを元気に過ごすために！

毎日の食事の準備に、家庭では大忙しになることと思います。ちょっと耳が痛い言葉ではありますが、夏休みを元気に過ごすために、家族皆で取り組んでみましょう。

## 食欲モリモリ！ 給食人気レシピ

### ☆川前ジャージャー麺☆

【材料 焼きそば麺3玉分】

- 焼きそば麺・・・3玉
- ごま油・・・・・・・・大さじ2
- きゅうり・・・・・・・・1本（せん切り）
- 豚挽肉・・・・・・・・200g
- たけのこ・・・・・・・・80g（あらみじん切り）
- 長ねぎ・・・・・・・・40g（あらみじん切り）
- ザーサイ・・・・・・・・10g（あらみじん切り）
- しいたけ・・・・・・・・2個（あらみじん切り）
- にんにく・・・・・・・・1かけ（みじん切り）
- ごま油・・・・・・・・大さじ1
- ＊砂糖・・・・・・・・小さじ1
- ＊しょうゆ・・・小さじ1
- ＊赤みそ・・・・大さじ1
- ＊みりん・・・・大さじ1
- 豆板醤・・・・・・・・小さじ1（辛い時は減らす）
- 白すりごま・・・・大さじ2

肉みそは、まとめて作っておけば、ごはんのお供にもなります。

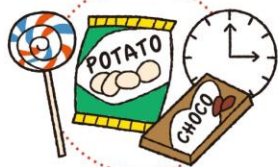
【作り方】

- ① ごま油でにんにく・ねぎ・ザーサイ・豆板醤を炒めた後、肉を加え炒める。
- ② 肉に火が通ったら、たけのこ・しいたけを加え炒める。
- ③ ＊印の調味料を加え、味を調える。
- ④ 最後に白すりごまを加える。
- ⑤ 焼きそば麺は、ほぐしてごま油で炒める。
- ⑥ 皿に、麺を盛り、肉みそとせん切りにしたきゅうりをのせる。

夏休みの健康標語

学校給食から10のお願い

おやつに注意！



油を使って夏バテ防止



野菜や果物を！



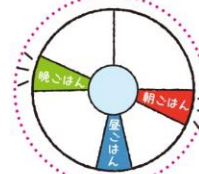
ミルクは毎日！



お母さん夏休み中頑張らしよう！！



しっかり3食



おかあさま

やすみなし

噛み噛みメニュー



魚や海藻を！

豆や大豆製品を！



水分摂取に注意！

生ものに注意！

