

厳しい残暑も落ち着き、秋がやってきましたね。秋は、「の秋」という名前がよくつきますね。「スポーツの秋」「読書の秋」...そして「食欲の秋」！毎年、秋ごろから皆さんも給食をよく食べてくれるようになり、給食室はとっても嬉しいです。しかし中には「好きなものだけしか食べない！」という人もいるかもしれません。好きなものを好きなだけ、では栄養のバランスが崩れてしまいます。好き嫌いをしないで食べるとどうしてからだに良いのでしょうか？

おうちの人や先生が「好き嫌いしないで食べなさい」 って言うのは、どうしてかな？

食べ物はそれぞれ違う『栄養素』をもっています。食べ物を食べると、その食べ物に含まれている『栄養素』がからだの中に入ります。その『栄養素』がからだを大きくしてくれたり、元気に生活できるようにしてくれるのです。たくさんの種類の食べ物からたくさんの種類の『栄養素』をとって、元気なからだをつくりましょう。

こんなことを
していませんか？



朝ねぼうをして、食事を食べずに
学校へ行く。



給食で嫌いなものが出ると、
食べずに残す。



からだの中に入ります



すると...



「嫌いなもの」も食べられるようになります。少しずつでも
いいから挑戦してみましょ。何でも食べられるようになると、
食事がもっと楽しくなります。

お知らせ

次の集金日は11月8日(木)です。集金日に、お釣りのないよう忘れずにお願いします。

さいたま市見沼区のお米が給食に！！

春野小学校では、さいたま市産・埼玉県産の農畜産物を積極的に給食に取り入れていますが、今年もさいたま市見沼区膝子の「膝子直売所」のご協力により、年間を通して膝子地区で栽培されたお米を給食に使用できるようになりました。毎月1～2回・品種はキヌヒカリや彩のかがやきなどです。地産地消の推進だけでなく、見沼区のお米は味もよく精米したての新鮮そのもの、そして安全なお米。児童の皆さんも「おいしい!」とのことで良いことづくし。さいたま市のお米は県内でも上位に入るおいしさを誇ります。今後も定期的に導入していきたいと思えます。

そして膝子直売所から仕入れたお米は、1回70kg近くを給食室の大きなお釜で炊きます。家庭と違って、ワンタッチで炊ける炊飯器ではないので、焦がさないように、でもふっくらしっかりと炊けるようにと調理員さんが技を駆使しています。

おいしいお米が炊きたてで食べられるのはとても幸せですね。



19日 栗ごはん

23日(試食会)
白飯



10月18日(木) お年寄りとの交流給食

地域に住むお年寄りを学校にお招きして、2年生児童と一緒に給食を食べていただきます。当日は、お年寄りの皆さんにも喜ばれる、給食ならではの献立でお招きしたいと思っています。

わいわいと楽しい食事の場を過ごしてもらいたいですね。

昨年度の様子



10月23日(火) 1年生児童保護者による給食試食会

6年生が修学旅行に行っている間に教室をお借りして、1年生の児童保護者対象の給食試食会を実施します。当日は児童の給食の様子を参観していただいた後、同じ給食を召し上がっていただきます。毎日心を込めて作っている給食を体験していただく良い機会となっています。

昨年度の様子



11月は『彩の国ふるさと学校給食月間』です!

埼玉県では、収穫の秋の11月を「彩の国ふるさと学校給食月間」としています。埼玉県の特産物や郷土食への理解を通して、ふるさとへの愛着と感謝の心を深めて欲しいと思えます。

11月の給食では埼玉県産の食材や料理をたくさん取り入れる予定です。わたしたちのふるさとの味を感じるよい機会ですね。どうぞ11月の献立をお楽しみに

