

9月給食だより

皆さん、夏休みはいかがお過ごしでしたでしょうか？

2学期が始まりましたが、まだまだ、暑い日が続きます。学校へ元気に登校するには、朝ごはんをとることが大切です。夜寝ている時でも、身体はエネルギーを使っています。使ったエネルギーを朝食で補わないと、身体がエネルギー不足になります。暑い中を学校まで歩き、到着するまでには、身体が疲れてしまいます。

朝は、意識して食事を摂るようにしましょう。忙しい中で簡単にとれる食材としては、ご飯、納豆、お豆腐、ヨーグルトや、プチトマト、レタス、バナナ、チーズ、ハムなどです。

朝の忙しい中、保護者様にはご負担をかけますが、朝ごはんをしっかり食べてから学校へ送り出させていただきますと、1日学校で元気に過ごせることと思います。

9月6日は、愛川パクパクデーです。

愛川の食材を使った献立です。

- ・ご飯（愛川町でとれた愛ちゃん米）
 - ・牛乳
 - ・なめこ卵のスープ（卵は愛川町でとれた卵）
 - ・豚肉のレモン醤油ソテー（愛川町で育った豚）
- 愛川町産の食材のお米や卵、豚肉や野菜などを使っており、おいしいと評判です。

ご家庭でも、愛川町の食材を積極的に使ってみてください。子ども達は、住んでいる地域を知るきっかけになります。愛川町ってすごい！と思えると思います。

プチメモ

豚肉は、とても優秀な食材です。ビタミンB1が多く含まれ、たんぱく質も良質で、皮膚や髪の毛などに必要な成分が多く含まれています。豚肉はビタミンB1が豊富で、糖質をエネルギーに変える役割もあります。疲労回復にもビタミンB1が役立ちます。

丹沢農場を見学してきました！

9月6日に使われる豚肉は丹沢農場さんから仕入れた豚肉です。

丹沢農場さんは、農場で豚を飼育して加工し、私たちのもとに届けてくれています。

皆さん「アニマルウェルフェア」という言葉をご存じですか？

家畜を、感受性を持つ生き物としてとらえ、心を寄り添わせ、誕生から死を迎えるまでの間、ストレスをできる限り少なく、行動が制限されることなく、健康的な暮らしができる飼育方法を目指す畜産のあり方です。そして、それを実践されているのが、愛川町にある丹沢農場さんです。

ストレスなく育てられ、食材となって私たちの食事となってくるときは、とても柔らかく、コクのある仕上がりになります。子ども達に、おいしく食べてほしいと丹沢農場の皆さんや私たちも願っています。



丹沢農場ホームページより

9月の給食費から

9月の給食費から公会計となります。給食費は、町役場での管理となり、引き落とし日が、9月30日となります。引き落とし日の前日までに口座に入金をお願いいたします。手数料はいただきません。

引き落としができない場合は、町役場から納付書が届き、銀行での手続きをお願いすることとなります。

～給食費の引き落とし日について裏面に書いてあります～

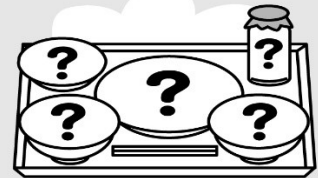
給食費公会計後の引き落とし日について

実施月	9月分	10月分	11月分	12月分	1月分	2月分	3月分
引き落日	9月30日	10月31日	12月2日	1月6日	1月31日	2月28日	3月31日

※毎月5日引き落としから、月末（休業日は翌営業日）になります。

※11月分と12月分は月末が休業日のために、翌月になっていますのでご注意ください。

赤のなかまクイズ



Q1

食べものは、からだへの働きによって、3つのなかま（赤・黄・緑）に分かれます。赤のなかまは、どのような働きをする食べものでしょうか？



① からだの調子をよくする食べもの



② からだの血や肉、骨になる食べもの



③ からだの熱や力を出す食べもの

Q2

下の絵の中で、赤のなかまの食べものに○をつけましょう。



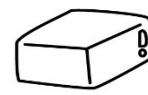
①ワカメ



②りんご



③ごはん



④とうふ



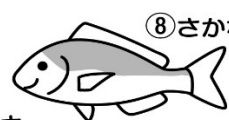
⑤たまご



⑥トマト



⑦ケーキ



⑧さかな



⑨牛にゅう



⑩ほうれん草



⑪にく



⑫さつまいも

Q3

今日の給食の中に入っていた赤のなかまの食べものを思い出して書いてみましょう。

給食に入っていたのは…



こたえ

Q1 ……② Q2 ……① ④ ⑤ ⑧ ⑨ ⑪

