



11月給食だより

令和5年11月1日
さいたま市立田島小学校



給食試食会を実施しました



9月28日に1年生の保護者の方を対象とした給食試食会を実施しました。当日は26名の方に御参加いただき、給食調理中の動画視聴や、1年生の給食準備や喫食の参観のあと、給食の試食をしていただきました。給食時間中の1年生は、いつもにぎやかに楽しくお話をしながら食べていますが、この日は少し緊張した様子でお行儀よく食べているようでした。

当日、お忙しい中御参加いただいた保護者の皆様、本当にありがとうございました。また、終了後のアンケートにも多くの方に御協力いただきました。このアンケートでいただいた御意見を今後の給食運営や食に関する指導に生かして参りたいと思います。いただいた感想を一部御紹介します。



～実施後アンケートより～

- ・給食を作っている映像を見られて良かったです。美味しかったです。
- ・汁物は自分が作ったものより薄味でしたが、出汁の風味でとてもおいしかったです。参考になりました。魚の塩味とご飯の甘さがちょうど良かったです。
- ・子どもたちの様子や調理室の様子を見せていただき安心しました。献立を作る段階や野菜の入荷、洗浄と子どもたちの為にありがとうございます。我が子も毎日「おかわりしたよ」、「クラスの残りゼロだったんだよ」と得意げに教えてくれます。本日の動画のことも給食室に冷房がないことも私から話しておきたいと思います。



『かみかみこんだて』を実施します



11月8日「いい歯の日」に、よくかんで食べられる「かみかみこんだて」を実施します。大豆やこんにゃく、昆布などが入った「かみかみごはん」や一匹丸ごと食べられる「キビナゴのカリカリフライ」、「野菜たっぷりみそ汁」は野菜をシャキシャキとかんで食べるみそ汁です。

給食では、歯の主な構成成分であるカルシウムを1日の摂取量の半分がとれるように設定しています。よくかんで食べることは、全身の健康につながりますので、御家庭でも、食事の際に一口で20～30回を目安によくかんで食べられるよう、ぜひお子さんにお声がけください。

歯を強くする
カルシウムが多い食べ物



フランスの食文化を感じる給食



今月さいたま市内で行われる「ツール・ド・フランス さいたまクリテリウム」に際して、フランスの食文化を感じる給食を実施します。「魚介のブイヤベース」は、エビやイカなどの魚介類と、じゃがいも、人参、ホールトマトなどの野菜を煮て作る煮込み料理です。もとは、フランスの港町で水揚げされて、見た目が悪く売り出せない魚を、大きな鍋でハーブや香辛料を加えて煮込んだ料理が発祥と言われているそうです。トリプルゼリーはフランスの国旗を表した3色(いちご・豆乳・サイダー味)のゼリーです。お楽しみに。