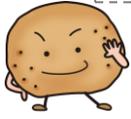


# ランチルーム

黒島小中学校(黒島はまゆう学園)

文責 栄養教諭 田中 香代子

低学年のみなさんは、おうちのひとといっしょにとよみましょう。



## 給食だより「ランチルーム」とは？



黒島小中学校には、「ランチルーム」という教室があります。この教室は、どこの学校にもあるわけではなく、子どもたちの人数が多い学校にはあまりありません。少人数の学校だからこそできるものもあり、ランチルームを通して学べるがたくさんあります。他学年の子どもたちと一緒に給食を食べることで、先生方からの指導だけではなく、子どもたち同士で食事のマナーの気づきを言い合ったり、給食を食べながら楽しく会話をしたり、高学年の子どもたちが低学年のお世話をしたりと、子どもたち同士で学び合い、助け合い、楽しく食べるという給食時間を共有できるのが、「ランチルーム」です。



本校のランチルームは、窓からは海が見え、とても明るく、開放的な教室です。給食を食べる時間しか使用することはありませんが、このわずかな時間でも、給食を通して学習する場として、子どもたちには、「楽しく、おいしく、給食を食べてほしい」という思いがあります。その思いもこめて、給食だよりを「ランチルーム」と名付けました。

給食だより「ランチルーム」では、毎日の給食のこと、子どもたちが給食を通して学習したこと、その他食育についてお知らせしていきたいと思えます。



## 全校給食がスタートしました！

学校だより「島魂」でもお知らせがありましたが、今週16日(月)から1年生の給食も始まり、16名全員そろっての給食を食べることができるようになりました。黒島小中学校の給食は、佐世保市内数校とあわせた共通の献立です。1年生が初めて食べる給食の献立は、子どもたちに人気のメニュー「ポークカレー、牛乳、フルーツカクテル」でした。大好きなカレーをおいしそうに食べる子どもたちの姿を見て、とてもうれしい気持ちになりました。



4月12日(木)献立

黒砂糖パン

牛乳

五目うどん

きびなごの天ぷら

ゆかりあえ



4月18日(水)献立

ごはん

牛乳

けんちん汁

魚のレモンソースあえ

塩もみ野菜



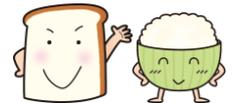


## 給食について

新年度の給食が始まり、2週間がたとうとしています。本校では、全員で給食当番を行い、決められた時間の中で、給食の準備や後片付けを一生懸命がんばっています。準備や後片付けがしっかりできるようになるためには、家での食事の手伝い(盛り付けや食器並べ、後片付けなど)をして、慣れることが大切です。また、7年生にとっては、6年生の時と比べて、パンやごはん、おかずの量が増えています。後期課程になると、運動量も増え、体も大きくなる時期です。しっかり食べて、元気なからだを作ってほしいと思います。

毎日の献立内容についてお知らせします。

●給食費は前期課程(月額 3,900円)後期課程(月額 4,600円)です。



**主食**・・・(月・水・金曜日)は**ごはん**の日、(火・木曜日)は**パン**の日です

- ごはんは、佐世保産の「ヒノヒカリ」を使用しています。
- パンは、コッペパン、スライSPAN、パーカーハウスパン(バーガー用)、米粉パン、黒ざとうパン、パイナップパン、たまごパン、はちみつパン、レーズンパンなどがあります。(給食用の配合で、おかずと一緒に食べるためのうす味のパンです。)

**牛乳**・・・200mlの紙パック入りで、佐世保のミラクル乳業で製造されています



- 県北地区でとれた新鮮な牛乳です。

**おかず**・・・旬のものや佐世保産、長崎県産を多く使った料理を作っています



- 煮物や汁物、炒め物、揚げ物、和え物などさまざまな料理があります。
- 汁物や煮物は、煮干し、出し昆布などでだしをしっかりとり、うす味を心がけています。
- 季節を感じるができる料理や、郷土料理、日本や世界の料理、行事食をとりいれています。
- 毎月19日の「食育の日」には、佐世保産や長崎県産の食材をとりいれた献立にしています。



はじめまして！**栄養教諭**の**田中 香代子**です！

今年4月に平戸市から黒島小中学校へ赴任してきました。新2年生に転入した男の子と、黒島こども園に転園した3歳の男の子と一緒に黒島に引っ越ししてきました。黒島のみなさんに支えられながら、毎日親子3人、楽しく登校・登園しています。これから、お世話になります。よろしく申し上げます♪

