



上福島小学校 食育通信

令和6年度4月食育週間【4／15(月)～4／19(金)】

一口メモ

○今週は、4月の食育週間です。食育通信をタブレットで見ることができるようになりました。しよくいく1がっきのフォルダを見てください。昨年度行っていたキーワードは5月から行いますので、またチャレンジしてください。

○今年度から大阪市の給食は、食物アレルギーのある子も安心して給食が食べられるように、給食で使っていた食品や調味料を見直しました。

【小麦アレルギーの子も食べられるように】

- ・ワンタンの皮やふ、デミグラスソースは、使用しない。
- ・マカロニやパン粉は、米粉から作られたものを使用
- ・カレールウの素は、米粉のカレールウの素を使用

【魚介アレルギーの子も食べられるように】

- ・ほたて貝柱、たこは、使用しない。 などです。

キーワード



5月から



パン粉(米粉)



上新粉

○今日の給食は、じゃがいものミートグラタンです。今日のミートグラタンも小麦アレルギーの子が食べられるように、上新粉(米粉)でとろみをつけました。焼き色をつけるためのパン粉も米粉から作られたものを使っています。

○スープには、しゅんの野菜のレタスを使っています。

レタスのシャキシャキとした歯ざわりを楽しんで食べてください。



○今年も上福島小学校では、「早ね・

早おき・朝ごはん・はいべん」について

生活ふりかえり週間などで取り組みます。自分の体を

健康にしていけるためにも早ね・早おき・朝ごはん・はいべんのリズムを作って生活していきましょう。



きのうのクイズの答え: ①

9月の給食にヤンニョムチキンが出ます。お楽しみに。

