



給食だより

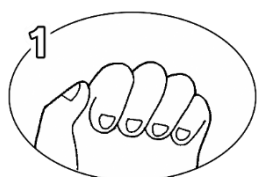
5月

令和8(2026)年
大阪市立平尾小学校

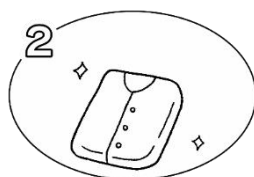
新しい年度が始まり、1か月がたちました。新しい学習や生活には、少しずつ慣れてきましたか。5月は、体も心もつかれが出てきやすくなります。栄養のバランスがよい食事をしっかりとって、元気な体と心をつくりましょう。

給食当番の準備について知ろう!

給食当番は、クラスみんなの給食を準備する大切な仕事です。正しい身支度ができているか確認しましょう。



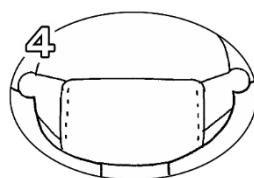
1. つめは、
短く切りましょう。



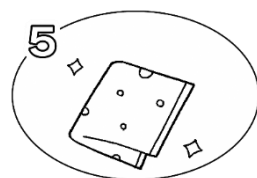
2. せいけつな白衣を
身につけましょう。



3. かみの毛をぼうしの中に
入れましょう。



4. マスクは口と鼻がかくれる
ようにつけましょう。

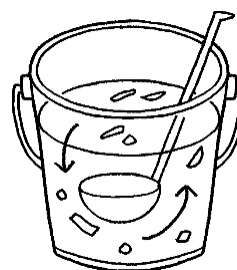


5. せいけつなハンカチを
用意しましょう。



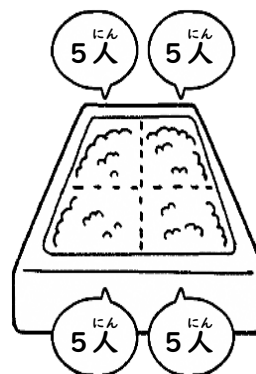
6. せっけんを使って、
手洗いをしましょう。

給食の盛りつけポイント



☆大おかず☆

☆大おかず☆
しる物は、具の量が多か
たり少なかつたりしないよ
うに底からかき混ぜます。



☆ごはん☆

☆ごはん☆
ごはんは、20人の場合、
全体を4等分にした量か
ら5人分を配る。そのよう
な見通しをもつと、配ぜん
しやすくなります。

5月の給食より



5月8日(金) わかたけ煮

「わか」はわかめ、「たけ」はたけのこのことです。
わかめとたけのこを使った煮ものを「わかたけ煮」といいます。

旬の食べ物で相性の良い食材を「出会いもの」といい、わかめとたけのこは、「春先の出会いもの」とされています。たけのこは、大阪産のたけのこを使う予定です。

スーパー給食当番

