

# きゅうしょくだより

令和7年5月 No.2  
おおさか しりつおおすみひがししょうがっこう  
大阪市立大隅 東 小学校  
(発行：東 淀川区栄養教 職員)

## きゅうしょく じゅん び 給食の準備をするときに気をつけよう

チェックポイント できていることに ☐ を書きましょう。

① 手をきれいに洗いましたか。 ☐

つめは 短く切り、手は石けんでいねいに洗い、清潔なハンカチでふきましょう。



② 清潔な給食着（白衣、ぼうし）、マスクを身につけていますか。 ☐

給食着は、かみの毛やごみ、ほこりが給食に入らないようにするためのものです。かみの毛は、ぼうしの中に入れてみましょう。またマスクは、鼻と口をおおうようにつけましょう。



みんなが気持ちよく、安全に給食が食べられるように、身支度を整えましょう。

③ 給食当番は、並んで給食室に取りに行っていますか。 ☐

先生といっしょに、決められたろう下や階段を通過して、走らずに行きましょう。



④ 重いもの、熱いものに気をつけて運んでいますか。 ☐

やけどをしないように、また、こぼしたり、落としたりしないように気をつけましょう。

⑤ サンプルを見て、一人分をきれいに盛りつけていますか。 ☐

はさみやおたまなどの道具をじょうずに使って盛りつけましょう。

食缶の底の方に具がしずんでいるので、底からしっかり具をすくいましょう。

〇はいくつありましたか。全て〇になるようにがんばりましょう。

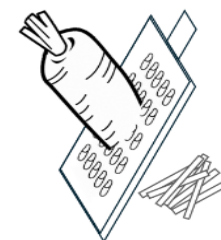
## がつ こんだて 5月の献立より

8日（木）にんじんしりしり風

新献立

沖縄県の家庭料理『にんじんシリシリ』から考えた新献立です。にんじんをすりおろして作ります。

『シリシリ』とは、すりおろす、せん切り、すりすり（すりおろすときの音）という意味の沖縄の方言です。

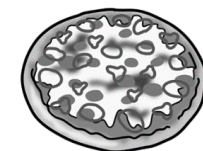


14日（水）変わりピザ

新食品

乳なしチーズ

ぎょうざの皮に、牛乳を使わずに作った『乳なしチーズ』などの具をのせて焼いた変わりピザです。



乳アレルギーがある人も食べることができます。

## きゅうしょく で いま しゅん や さい 給食に出る今が旬の野菜

### ★たけのこ★

春に、竹の地下茎からのびたやわらかい若い茎がたけのこです。地上に出て10日くらいで竹になってしまいます。

12日（月）わかたけ煮

（大阪府内で採れた、たけのこを使用します。）



22日（木）ごまかかいため

28日（水）まる天と野菜のうま煮

