



ぱくぱく 4月

食育だより

児童数配布

ご入学、ご進級おめでとうございます。

春の暖かい陽気の中、新生活がスタートしました。2年生から6年生は4月8日から、1年生は14日から給食が始まります。

みなさんが楽しく給食時間を過ごせるよう、栄養士・調理員一同、安全・安心でおいしい給食に精進して参ります。

学校給食の運営にご理解とご協力をお願いいたします。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> 
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p> 	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p> 	



毎月の献立表は、献立名だけでなく、食品のもつ働きから赤、黄、緑の3色に分けた表で、その日に使用した食品をのせています。食べ物の種類と働きにも気をつけて、体によい食事ができるようこころがけましょう。(エネルギー、たんぱく質、脂質の数値は中学年を基準にのせています)



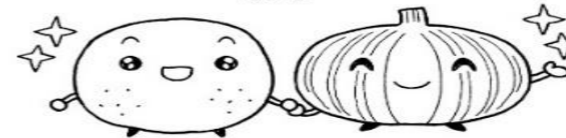
4月の献立より

- 8日 2～6年生は給食が始まります。生姜焼き丼からのスタートです。
- 14日 1年生も給食が始まります。
初めての給食は大人気のキーマカレーライスです！
- 16日 色とりどりの春野菜を使ったシチューと、人気のレモンシュガートーストを作ります。
- 21日 和風ハンバーグです。新玉ねぎをすりおろしてソースを作ります。
- 22日 セルフのフィッシュバーガーです。「いただきます」をしたら、パンに具材はさんで食べてください。
- 24日 大人気の魚メニュー！「ほきのふわマヨ焼き」の登場です！春野菜たっぷりのポトフも作ります。
- 28日 30日に1年生を迎える会があります。少し早いですが入学をお祝いする華やかな給食にしました。
- 30日 甘みのある春キャベツを使って、サクサク・トロトロのコロッケを作ります。



新じゃがいも・新玉ねぎ・春キャベツ 4月の給食で味わいます！

ぼくたち 新入生

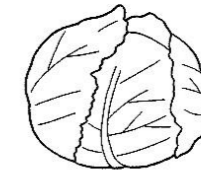


新じゃがいも 新たまねぎ

たまねぎは、通常収穫後に1か月くらい乾燥させてから出荷しますが、新たまねぎは品種が違い、掘ってすぐに出荷するもので、やわらかくて甘みがあります。新じゃがいもも掘り立てをすぐに出荷します。皮がとても薄いので、そのまま調理して食べられます。どちらも水分を豊富に含んでいてみずみずしいのが特長。野菜の中の「新入生」といえます。

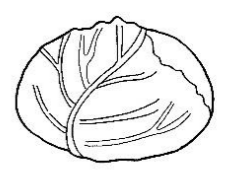
季節によって違いがあるよ

春キャベツ



葉は、みずみずしくてやわらかいのが特徴です。軽くて巻きは緩めです。生食に向いています。

冬キャベツ



葉は厚く、巻きはかためで形は平たいものが多い特徴があります。甘みがあり、煮込み料理に向いています。



調理業務はフジ産業(株)の調理員(齋藤・伴野・佐々木・玉那覇・前原・小宮山・鈴木・中島)が担当いたします。栄養士は手塚です。お子さんの楽しみとなるよう腕によりをかけて作ってまいります。ぱくぱく食育だよりには不定期になりますが給食レシピを載せる予定です。知りたいレシピがありましたら、栄養士までお知らせください。