4月 給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます

彩り豊かな花々が咲き誇る中，ピカピカの新入生を迎えて，新しい１年がスタートしました。本年度も，安心・安全はもとより，子どもたちが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思います。ご理解・ご協力のほど，よろしくお願い致します。

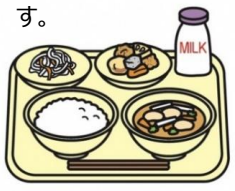
学校給食について ～こんなことに気をつけています

食 材

地域でとれる旬の食材を中心とし，なるべく国産のものを使用しています。

献 立

行事食や郷土料理，世界の料理など，バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。



栄 養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき，１日に必要な栄養の３分の１程度がとれるようにしています。

調理・衛生

野菜や果物は流水で３回以上洗い，生で食べる果物やミニトマトなどを除き，すべて加熱調理しています。また，食材を汚染しないよいう，エプロンを使い分けるなど，衛生管理には細心の注意を払っています。

学校給食について

学校給食とは

「学校給食法」に基づき，教育活動の一環として実施されるものです。成長期にある児童生徒の心身の健全な発達のため，栄養バランスのとれた食事を提供するとともに，望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけさせるための重要な教材としての役割も担っています。

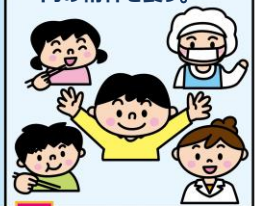
学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より抜粋・要約

1. 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。

2. 食事について正しい理解を深め，健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。

3. 明るい社会性と協同の精神を養う。



4. 自然の恩恵への理解を深め，生命，自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。

5. 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し，感謝する。

6. 伝統的な食文化を理解する。

7. 食料の生産，流通及び消費について，正しく理解する。

季節のおたより

境町の給食では，境町産食材や茨城県産食材を使用した，安心安全でおいしい給食作りに力を入れています。お米や野菜の他にも，境町特産の「さしま茶」や「梅山豚」を使用したメニューも給食で登場しますので，献立表をチェックしてみてください。

境町特産の食材

メイシャントン
梅山豚

さしま茶

メイシャントン
梅山豚の豚汁

さしま茶パン

世界の料理の日　韓国　４月18日（月）

「 プルコギ 」

プルコギは，韓国の代表的な肉料理の一つです。

醤油ベースで甘口の下味をつけた薄切りの牛肉を，野菜や春雨と共に焼く，あるいは煮る料理で，庶民の間で生まれたそうです。

地域や店，家庭によって調理方法はさまざまで，できあがりは日本のすき焼きに近いですが，単に肉野菜炒めのようなものや，具だくさんのスープ料理になることもあるそうです。

給食では，牛肉や野菜，きのこなどをたくさん入れて作ります。栄養も旨味もたっぷりに仕上げますので，よく味わいながら，残さず食べましょう。

郷土料理の日　千葉　４月15日（金）

「 小松菜のピーナッツあえ 」

千葉県では，昭和の初めごろから落花生（ピーナッツ）の栽培が始まり，いまでは国内産の約８割は千葉県で生産されて，全国１位の生産量となっています。

ピーナッツは脂質が多い食品ですが，ほとんどはオレイン酸とリノール酸で，それらは不飽和脂肪酸と呼ばれる良質な脂質です。コレステロールを下げて血液をサラサラにする働きがあります。

給食では，茹でた小松菜に，細かく砕いたピーナッツをあえてみました。ピーナッツの食感を楽しみながら，残さず食べましょう。