

# 4月 給食だより

## ご入学・ご進級おめでとうございます

今年度は、徐々に新型コロナウイルス感染症対策も緩和されて、前の生活が少しずつ戻ってきました。ピカピカの新入生も迎え新しい1年がスタートし、学校生活の楽しみの1つとして「給食」としてもらえるように、安心安全なおいしい給食作りに努めていきたいとおもいますので、よろしくお願いたします。



## 給食等を通して学び、身に付けたいこと (食育の視点)

<h3>食事の重要性</h3> <p>食事の重要性、食事の喜び、楽しさを理解する。</p>	<h3>心身の健康</h3> <p>心身の成長や健康の保持増進の上で望ましい栄養や食事のとり方を理解し、自ら管理していく能力を身に付ける。</p>	<h3>食品を選択する能力</h3> <p>正しい知識・情報に基づいて、食品の品質及び安全性等について自ら判断できる能力を身に付ける。</p>
<h3>感謝の心</h3> <p>食べ物を大事にし、食料の生産等に関わる人々へ感謝する心をもつ。</p>	<h3>社会性</h3> <p>食事のマナーや食事を通じた人間関係形成能力を身に付ける。</p>	<h3>食文化</h3> <p>各地域の産物、食文化や食に関わる歴史等を理解し、尊重する心をもつ。</p>

### 食べものはたらき 3つにわけてみよう!

食べものは、体へのはたらきによって、3つに分けられます。下のえいようれっしやのはたらきを見ながら、きいろ、あか、みどりのなかまにわけて、○の中をぬってみましょう。

#### きいろのなかま

おもにエネルギーのもとになる食べもの

#### あかのなかま

おもに体をつくるもとになる食べもの

#### みどりのなかま

おもに体の調子をととのえるもとになる食べもの

**こたえ**  
 ★きいろ… あめ パン あぶら じゃがいも ごはん  
 ★あか… たまご ぎゅうにゅう にく さかな どうふ  
 ★みどり… たまねぎ しいたけ キャベツ にんじん トマト みかん

## 季節のおたより

### 境町特産の食材



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。



### 郷土料理の日 兵庫県 4月14日 (金)

#### 「じゃぶ」

じゃぶは、肉と糸こんにゃく、豆腐、たまねぎ、ごぼうなどの野菜を煮たおかずで、お祭りや冠婚葬祭など人が集まるときに大鍋でたくさんふるまう、おもてなしの料理として、各家庭で作られてきた郷土料理です。名前の由来は、水を使わず煮込んでうちに、豆腐や野菜から水分が出てじゃぶじゃぶすることからつけられたそうです。肉は地域や家庭によって違うので、きょうの給食では豚肉を使ってじゃぶを作りました。郷土料理のじゃぶを、よく味わって、残さず食べましょう。

### 世界料理の日 韓国 4月24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、できあがりには日本のすきやきに近いです。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。