



ご入学・ご進級 おめでとうございます

令和6年 田鶴浜学校給食センター

春のあたたかな日差しの中、元気いっぱいの新入生を仲間を迎え新年度がスタートしました。いよいよ新しいクラスでの生活が始まります。新1年生にとっては、中学校生活のはじまりです。緊張もあるかと思いますが、先生や友達と楽しい給食時間を過ごすことができるように、今年度も安全でおいしい給食を届けたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



学校給食は、教育活動の一環として行われています。食育の観点を踏まえ、7つの目標が定められ、実施されています。

学校給食の目標



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。

自然の尊重!

健康の保持増進!



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。

感謝の心!



①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。

望ましい食習慣!



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。

食文化への理解!



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。

社交性と協同の精神!



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。

社会のしくみを理解!



心を込めておいしい給食作りに取り組んでいきます。1年間よろしくお願いいたします!



<学校給食について>

- *牛乳は石川県産生乳200mlを毎日提供。
- *パンは5月から、毎週火曜日に佐野屋製パンより提供。
- *米は七尾市・中能登町産のコシヒカリを使用、和倉炊飯より提供。
- *季節感を考慮した和・洋・中のバラエティある献立作成を目指し、旬の食材を積極的に取り入れています。

給食をきちんと盛りつけよう!

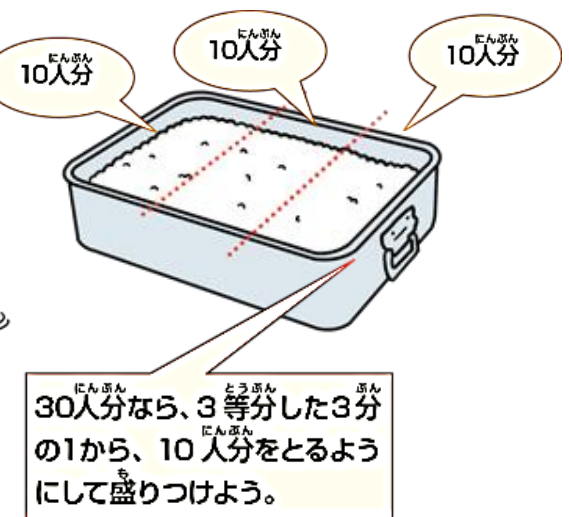
1人分の量をきちんと把握し、盛りつけましょう

できているかな?
正しい身じたく



©少年写真新聞社2020

汁ものは、下の方に臭いがあることが多いので、底をよくかき混ぜながら、盛りつけよう。



30人分なら、3等分した3分の1から、10人分をとるようにして盛りつけよう。

☆給食当番の時は、体調チェックも行います。下痢やおう吐、腹痛などの症状がある場合は、学級担任に知らせてください。当番を交代するなどの対応を行います。健康な状態で給食当番をしましょう。

朝食を毎日食べて登校していますか?



朝食を食べることによる効果は、5つあります。

- ① 体温や脈拍の上昇効果
- ② エネルギー源の補給
- ③ 便秘の予防
- ④ 体温維持の効果
- ⑤ 良質な睡眠のため



文部科学省中学生用食育教材より抜粋

朝食を食べることによって、これだけの効果があります。勉強に部活動に、受験に…頭も体も十分に活動させるために、朝食は欠かせません。ゆとりを持って起床し、毎日しっかり朝食を食べて登校しましょう。

4月の旬の食材



たけのこ

『たけのこ』は、地面の下にのびている竹の茎から出てきた、新しい芽の部分を食べています。成長が速く、雨がふった次の日には、驚くほどよく伸びます。口の中がイガイガするような『えぐみ』が少なく、生のまま料理に使われます。たけのこには、『食物繊維』がたくさん含まれています。