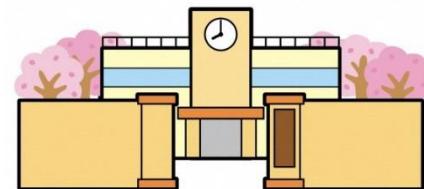




給食だより 4月

ご入学・ご進級おめでとうございます

元気いっぱいの新入生を迎えて、新年度がスタートしました。本年度も、新型コロナウイルス感染症への対応は、しばらく続けていくことになります。安心できる給食の時間となるように感染症防止対策を実施しつつ、毎日の給食の時間を中心に食育の活動も進めていきます。健康で楽しい1年が過ごせるように、安全安心でおいしい給食を届けていきますので、よろしくお願いします。



学校給食の目標

学校給食は、7つの大きな目標のもと教育活動の一環として実施されています。(学校給食法)

①健やかで丈夫な体をつくる



②食事の大切さを知り、望ましい食習慣を身に付ける



③助け合い、協力し合う、社会性を身に付ける



④自然の豊かな恵み、いただく命に感謝する



⑤食に関わる人々への感謝の心を育てる



⑥ふるさとの食文化を知り、未来へ伝える



⑦食を通して、社会のしくみを学ぶ



●学校給食は、児童生徒の心身の健康を守るために欠かすことのできないものであり、学校における食育を推進するための「生きた教材」として、給食時間や授業などでも活用されています。

●児童生徒が小中学校9年間の給食で学んだことを身につけ、生涯にわたり健康に生活できることを目指して実施しています。

学校給食の内容

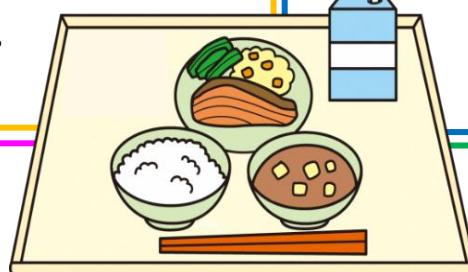
おかず

和・洋・中、煮物、汁物、揚げ物、和え物などバランスよくバラエティに富むよう工夫しています。いろいろな食品を取り入れ、特に小魚や豆、海藻などを使用するよう心がけています。また、地域で生産される旬の食材(ブロッコリー、トマト、梨など)も積極的に使用したり、季節の行事メニューも実施したりしています。



ごはん

加賀市産のコシヒカリを使用しています。白飯を中心に、麦飯・わかめご飯や寿司飯など献立に合わせて使用します。具を調理して混ぜ合わせたご飯や手巻き寿司、丂などもあります。



牛乳

石川県産の牛乳が1パック(200cc)となります。

育ち盛りの子どもたちに必要なたんぱく質、カルシウム、ビタミン類がたくさん含まれています。家庭では是非、もう1本飲むと良いですね。



パン (月に1回)

無漂白の小麦粉を使用しています。パンの種類では、ミルク食パン・ミルクロール・バターロールがあり、自分で具をはさんで食べる、セルフバーガーなどもあります。



給食の献立より

キャベツのカレーソテー



～材料(4人分)～

ベーコン・・・25g
キャベツ・・・120g
ピーマン・・・20g
黄ピーマン・・・20g
カレー粉・・・小さじ1/4
コンソメ・・・小さじ1/3
塩コショウ・・・適量
サラダ油・・・小さじ1

～作り方～

- ① ベーコンは1cm幅の短冊切りにする。
- ② キャベツは2cm幅の短冊切り、ピーマン・黄ピーマンは2~3cm幅の短冊切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、ベーコンを炒める。
- ④ ベーコンに火が通ったらキャベツ、ピーマン・黄ピーマンを加えてさらに炒める。
- ⑤ 調味料を加えて味を調えたらできあがり♪

