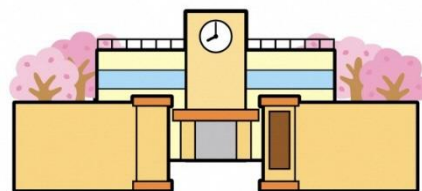




給食だより 4月

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、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年が過ぎせる
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



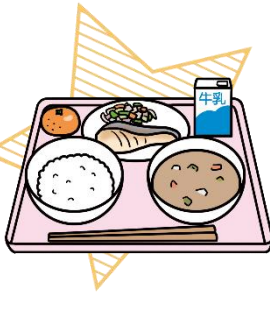
⑤食に関わる人々へ
の感謝の心を育
てる



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。

牛乳

石川県産の牛乳が1パック(200cc)つ
きます。
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。家庭でも是非、
もう1本飲むと良いですね。

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、丼などもあります。

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♪