

ご入学・ご入園・ご進級おめでとうございます

新年度が始まりました。学校給食センターではこどもたちの健やかな成長のために、栄養バランスのとれた安全でおいしい給食を提供していきたいと考えています。また、地域の食材や郷土料理、行事食を取り入れ、地域の文化や伝統に対する興味関心も高めていきたいです。ぜひ、家庭でも毎月の献立表に目を通していただき、給食や食について話題にし、食に関心を持つ機会を作りましょう。



学校給食の7つの目標

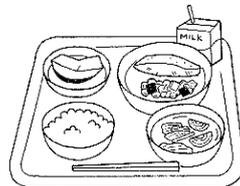
学校給食は、学校給食法に基づいて実施されており、こどもたちの健康を支え、食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割があります。

<p>①適切な栄養の摂取による健康増進を図ること</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むための判断力を培い、望ましい食習慣を養うこと</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性と協同の精神を養うこと</p> 	
<p>④食生活が自然の恩恵によって成り立つことを理解し、生命を尊重して自然環境を大切にする態度を養うこと</p> 	<p>⑤食生活がさまざまな人の活動に支えられていることを理解し、勤労を重んずる態度を養うこと</p> 	<p>⑥わが国や他地域の伝統的な食文化について理解を深めること</p> 	<p>⑦食料の生産、流通、消費について正しい理解に導くこと</p> 

みなさんの成長を支える給食

学校給食は、成長期に必要なエネルギーや栄養素がしっかりとれる大切な一食です。

主食 ごはん、パン、めん類はおもに炭水化物をとることができ、エネルギー源になります。



牛乳 成長期に大切なたんぱく質やカルシウム、ビタミンをとることができます。

副食(おかず)など 魚や肉、卵、野菜、海藻、きのこ、豆など、いろいろな食材を使い、栄養のバランスを考えた料理で、薄味を心がけています。たんぱく質や脂質、ビタミン、無機質をとることができます。

<p>【旬の食材】 キャベツ、さやえんどう、じゃがいも、わかめ、あさり、ひじき、たけのこ、グリーンピース、アスパラガスなど</p> <p>【岐阜県産食材(予定)】 米、小麦粉、牛乳、豚肉、アユ、大豆加工食品、鶏卵、もやし、小松菜など</p> <p>【行事食】 </p> <p>8日 進級お祝い献立 14日 入学お祝い献立 18日 食育の日献立 (岐阜県の食材)</p>	<p>献立紹介 『春キャベツのスープ』(14日)</p> <p>《材料》4人分 ベーコン………40g たまねぎ………1/2個 にんじん………1/4本 セロリ………1/5本 キャベツ………中2枚 本しめじ………1/4パック ミックスビーンズ…30g 顆粒洋風だし…大さじ1 塩………適宜 こしょう………少々 水………600ml</p> <p>《下準備》材料を切る 調味料を計量する ・ベーコン:5mm幅に切る ・たまねぎ・にんじん・キャベツ:5mm幅の短冊切り ・セロリ:筋を取って3mm幅に切る ・本しめじ:ほぐして適当な長さに切る</p> <p>《作り方》 ① 鍋にベーコンを入れて炒める ② たまねぎ、にんじん、セロリを入れて更に炒める ③ 水を入れて沸騰させ、あくを取る ④ 洋風だし、キャベツ、本しめじ、ミックスビーンズを入れて煮る ⑤ 塩・こしょうで味を調える</p> 
--	--