

給食だより

毎月19日は いただきますの日

平成30年4月号
千代田町立学校給食センター
おうちのひととよんでね

ご入学、ご進級おめでとうございます。学校給食では、子どもたち一人ひとりの体と心の成長を支えるために、安全安心で栄養のバランスがよく旬の食材や地場産物を使ったおいしい給食を提供できるように努めていきます。今年も1年間よろしく願いいたします。

☆☆☆給食がはじまります☆☆☆



千代田町の給食
千代田町では、西小学校のとなりにある給食センターで給食を作っています。所長、栄養教諭、8名の調理員、計10名のスタッフで毎日新鮮な野菜を使い、愛情のこもったあたたかい給食を届けます。

千代田町の野菜
季節ごとに千代田町で生産された旬の野菜を使用しています。

- 【おもな野菜】
- 春…キャベツ、たまねぎ、じゃがいも
 - 夏…たまねぎ、ピーマン、ゴーヤ、かぼちゃ
 - 秋…にんじん、さといも、だいこん
 - 冬…さといも、だいこん、にんじん、ながねぎ、はくさい、キャベツ

千代田町のお米
ごはんの日は週3回です。千代田町産のあさひの夢という品種のお米を使っています。

そのほかにも、群馬県の郷土料理や和食を伝える献立、世界各国の料理など様々な献立や食材を使った献立がでます。お楽しみに！

食事の前には必ず手をあらいましょう。

当番以外の人は静かにすわってまちましょう。

今月の給食目標
安全に準備をしよう

重いものはふたりで運びましょう。

- 身じたくチェック**
- つめは短く切ってある
 - 清潔なエプロンを身につける
 - 髪の毛は全部帽子に入れる
 - マスクをきちんとつける

身だしなみをととのえましょう。

旬の地場産 レシピコーナー

新玉葱の和風サラダ

■材料 (4人分)■		■作り方■	
玉ねぎ	1個	砂糖	小さじ2
きゅうり	1本	酢	大さじ2
もやし	50g	サラダ油	小さじ1
乾燥カットわかめ	大さじ1	しょうゆ	小さじ2
かつおぶし	大さじ1	こしょう	適量
刻みのり	大さじ1		

- ① 新玉ねぎは薄くスライスし、10分くらい水にさらし、水気を切る。
- ② きゅうりは輪切りにする。もやしは根を取りよく洗う。
- ③ 野菜とわかめをさっとゆで、冷ます。
- ④ 調味料をよく混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
- ⑤ 野菜をドレッシングで和え、かつおぶしと刻みのりをふりかけて出来上がり！

辛味が少なくみずみずしい新玉葱は、サラダにして食べるとおいしいです。かつおぶしや刻みのりを入れ、和風のサラダにしたので、和食の付け合わせにもよく合います。

★組み合わせ例：ご飯 チキンカレー 新玉葱の和風サラダ メロン



おうちの方へ

- 「はし」は毎日洗ったものを持たせてください。
- エプロン・白衣は週末に洗濯をお願いします。
- 毎月月末(8月を除く)が給食費の引き落とし日です。前日までの入金をお願いします。

ご協力よろしく願いいたします。