



給食だより



平成28年4月

千代田町学校給食共同調理場

ご入学、ご進級おめでとうございます。ひばりのさえずりが聞こえる季節になりました。新しい環境に子供たちは期待と不安でいっぱいです。新学年のスタート、子供たちの心と体の健やかな成長を支えるため、今年度も安全で安心でおいしい給食づくり、そして食育に力を注いでいきます。どうぞよろしくお願いたします。



今月の目標

「給食のきまりを守り楽しい給食にしよう」



食育って何をするの??

食育は、知育・徳育・体育の基礎となるもので、さまざまな経験を通して、食に関する知識と、自分自身で選択できる力を身に付け、生涯を通じて健康的な食生活を実践できる人を育てることで、学校では食育の中心となる給食のほか、教科等とも連携し、学校の教育活動全体を通じて取り組んでいきます。

食事の重要性や喜び、楽しさを知る

食べ物を大切に、感謝する心をもつ



心身の健康と食の密接なつながりを理解する

食品を自分で判断し、選択できる力を育てる

思いやりや社会性を身につける

大切な食文化を未来に伝える

給食時訪問の予定

学校名	日程
西幼稚園	毎月第2金曜日
東幼稚園	毎月第4金曜日
西小学校	毎週火曜日
東小学校	毎週水曜日
中学校	毎週木曜日



給食時間のクラス訪問のほか、学級活動や家庭科等で食育の授業を行っています。



給食レシピ紹介

毎月給食だよりでレシピの紹介をしています。ぜひ、ご家庭でお子さんと一緒に料理にチャレンジして欲しいと思います。

そぼろご飯の具

- ◎材料 <4人分>
- 豚ひき肉 160g
- おろししょうが 2g
- サラダ油 適量
- ボイル大豆 80g
- 料理酒 小さじ1と1/2
- しょうゆ 大さじ1強
- 三温糖 大さじ1
- ごま 6g

- ◎作り方
- 1. フライパンにサラダ油、おろししょうがをいれて香りがでたら豚ひき肉をいれる。
- 2. 豚ひき肉に火が通ったら、大豆をいれて炒める。
- 3. 調味料を加え、味をととのえる。
- 4. 仕上げにごまをいれて完成。

子供たちから敬遠されがちな大豆ですが、そぼろと一緒に食べてくれます。冷めてもおいしいのでおにぎりにしてお弁当にぴったりのメニューです!

