

ランチタイム

令和3年(2021年) 4月
城陽市立学校給食センター 中学校

ご入学・ご進級おめでとうございます

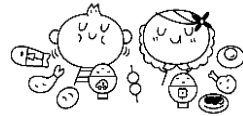


ご入学、ご進級おめでとうございます。新入生のみなさんは新しい学校の始まりに、在校生のみなさんは学年が一つ上がり心機一転、やる気に満ちていることと思います。

給食センターでは、成長期にあるみなさんの心と体の健康や発達のため、旬の食材を取り入れ、栄養のバランスを考えて給食を作っています。今年度もおいしく楽しい給食をお届けできるよう、愛情を込めて給食作りに取り組みます！一年間よろしくお祈りします。

学校給食の目標 (「学校給食法」第2条より)

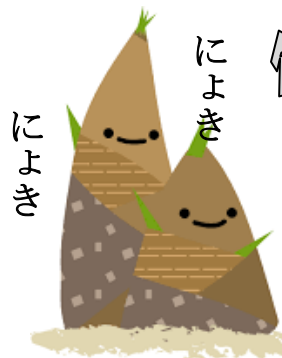
- 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- 食生活が、食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



旬のたけのこを食べよう!

16日にたけのこごはん、20日に若竹汁が登場します。お楽しみに〜♪

ま1日に10cm以上、時には1M以上も伸びることがあり、旬の筍をとるために、農家の人は大変な忙しさです。こしか味わえないたけのこを味わってみましょう。



城陽市の学校給食について

ごはん

- ★週4回
- ★精白米使用量 100G
- ★お米は城陽市産・山城産「ヒノヒカリ」を使用しています。
- ★「麦ごはん」の日は、麦を10%含んでいます。



パン

- ★毎週月曜日に実施 (変更することもあります)
- ★小麦粉使用量 80G
- ★小型パン 60G
- ★パンの種類
食パン・コッペパン・黒糖パン
味付けパン・バターパン・ミルクパンなど
- ★小麦粉は1等粉を使用し、うち京都府産を20%含んでいます。



牛乳

- ★毎日1本(200ML 紙パック入り ストローを使って飲みます)
- ★アレルギーなどで牛乳を飲用しない生徒については学校長宛に飲用牛乳の辞退を申請し、学校長が必要と認めた場合は牛乳を停止できます。

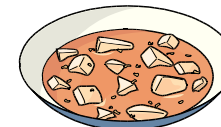


おかず

- ★献立は給食センターで作成した原案をもとに、学校給食センター運営委員会の献立部会で決定されます。
- ★牛肉はBSE検査済み証明書付きのものを使用しています。また、鶏肉は産地証明書付きのものを使用しています。

安心・安全な物資を使用しています

食中毒予防に気をつけて、温度管理しています



旬の食材や、城陽産の食材を使用しています

卵およびエビアレルギー対応給食を実施しています

できるかぎり素材から調理しています

★毎月、給食で使用する加工食品の原料名と、その配合割合表を記載した

*インターネットのホームページに「予定献立表」「給食センターだより」、日々提供している給食の写真の掲載をしています。



城陽市立学校給食センターの職員を紹介します！

- ◇ 所長… 藺田 ◇ 課長補佐… 井ノ上 ◇ 主任… 澤畑
- ◇ 事務… 寺井 ◇ 栄養士（食物アレルギーを担当します。）… 橋本

- ◇ 栄養教諭（献立立案や発注、食に関する指導を行います。）
… 角林（城陽中学校所属）、村木（富野小学校所属）
松野（寺田南小学校所属）



★調理及び配送業務は外部委託しています。

—富士フードサービス株式会社— が行っています。

- ◇ 調理員… 51名 ◇ 配送… 13名 ◇ ボイラー担当… 1名

本年度も、安心・安全をもとより、子どもたちが楽しみにしてくれるようなおいしい給食作りに努めていきたいと思っております。よろしくお願致します。



学校給食について ~こんなことに気をつけています

食材

地域でとれる旬の食材を中心に、なるべく国産のものを使用しています。



献立

行事食や郷土料理、世界の料理など、バリエーションに富んだ献立作りを心がけています。



栄養

文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。



調理・衛生

野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。



こんなことに気をつけよう！

★口を閉じ、よくかんで食べる



★ふざけて笑わせるなど、友達が嫌がることをしない



★時間内に食べ終わるようにする



★食器は大切に扱う



食材

献立

栄養

調理・衛生

食物繊維が豊富に含まれる食材

こんにゃく	のり	じゃがいも	かぼちゃ	なめこ	モロヘイヤ	昆布	しいたけ	ごぼう
わかめ	アスパラガス	しめじ	ブロッコリー	さつまいも	ひじき	キャベツ	さといも	大豆

作ってみよう！食物繊維たっぷり給食レシピ♪

ごぼうの甘辛揚げ

4月21日（水）の新メニューです！

<材料>（4人分）

- ごぼう 220g
- でんぷん 適量
- 揚げ油 適量
- ★濃口醤油 大さじ1
- ★みりん 大さじ1
- ★酒 大さじ1/2強
- ★三温糖 大さじ1
- ★白いりごま 小さじ1弱

<作り方>

- ① ごぼうは4cm程度の四つ割りにし、水にさらしておく。
- ② ★の調味料をフライパンに入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③ ごぼうにでんぷんをつけ、油で揚げる。
- ④ ②のタレにからめて出来上がり♪

レシピは給食用です。大量調理のためご家庭で調節してください。

