

みんなでいただきます



～きゅうしょくセンターだより～



令和7年（2025年）6月
城陽市立学校給食センター 小学校

「食育基本法」制定から20年

食は生きる上での基本です

世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成17（2005）年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で20年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。



家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

はやね 早寝



はやお 早起き



あさごはん 朝ごはん

はやね 早寝・はやお 早起き・あさ 朝ごはん
規則正しい生活リズムを身につけましょう！



かぞく 家族みんなで食卓を囲み、
食事を楽しみましょう！



石けんを使って
手を洗おう！

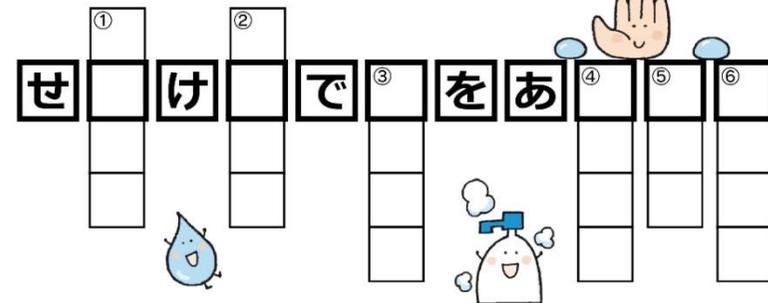
手はいろいろなものを触るため、見ただけがきれいであっても、汚れや細菌、ウイルスなどが付いている場合があります。細菌やウイルスなどによるかぜや食中毒を予防するために、石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。

食中毒予防のために！



食育パズル

ヒントを見て縦に言葉を入れましょう。
太枠の中に言葉があらわれます。



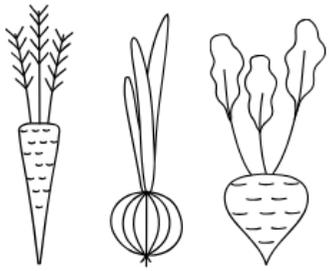
- 大豆からつくったねばねばの食べ物。
- 二分の一のこと。
- 寒い時に手にはめるもの。
- 卵の黄身。
- 温かさや冷たさの度合い。
- 体を動かすこと。

「給食センターのひみつを知ろう」



5月に、1年生のみなさんに毎日の給食がどのように作られているのかをお話ししました。動画や写真、実際に給食で使っているスパテラ（大きなヘラ）を見ながら学びました。給食センターではたくさんの人が協力して調理・配送をしていること、みなさんが元気に大きくなることを願っていることなどを伝えました。





 野菜の下処理を
 のぞいてみよう！

給食センターでは、毎日たくさん
 の野菜を料理しています。
 畑から届いた野菜を、安全に
 おいしく食べてもらえるよう、
 ていねいに調理しています。その
 一部の様子をご覧ください！



にんじんやたまねぎ、じゃがいもは、「皮むき機」でまず皮をむいていきます。



キャベツは芯をとって大きめに切ってから、シンクで1枚1枚ほぐしながら洗っていきます。野菜は3~4回洗って、土汚れや虫をとりのぞきます。



じゃがいもは煮崩れしにくい「メークイン」という品種を使っています。



皮むき機だけでは取りきれない皮や芽を、ひとつひとつピーラーでむいていきます。



この日は全部で1000kgの野菜を使いました。
 給食時間に間に合うように、ていねいに調理をしてくださいました。
 感謝して食べたいですね！



←カラーはこちらから！

たまねぎも3回洗い、包丁で半分に切ったあと、スライサーに入れていきます。

たまねぎは皮むきのあと、残った皮や上下の食べられない部分をひとつひとつナイフでとりのぞいていきます。部屋中、たまねぎのツンとした香りでいっぱいです。



がつしようよてい じょうようさん やさい
6月使用予定の城陽産野菜

* 植田幹男さん	青ねぎ	25kg	* 西村喜代さん	たまねぎ	118kg
* 井上重生さん	玉ねぎ	240kg	* 吉岡秀夫さん	青ねぎ	65kg
* 大村延子さん	玉ねぎ	204kg			
	青ねぎ	51kg			
* 奥村早苗さん	玉ねぎ	100kg			
	じゃがいも	200kg			
* 木村有美子さん	トマト	139kg			
* 西村明美さん	たまねぎ	100kg			

じもと やさい
地元でとれた野菜は、新鮮でおいしく、栄養も愛情もたっぷりです。

