

ランチタイム



令和8年(2026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。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！一年間よろしくお願いいたします。



城陽市の学校給食について

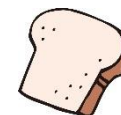
ごはん

- ★週4回 精白米使用量 105g
- ★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(変更することもあります)
- ★小麦粉使用量 通常:80g 小型:60g
- ★パンの種類 食パン・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。
きなこ揚げパンなどの揚げパンは、給食センターで揚げて作ります。



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)
- ★アレルギーなど体質が理由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。

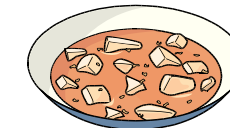


おかず

- ★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。
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



卵およびエビアレルギー対応給食を実施しています

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

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割合を記載した「加工食品の配合割合表」を希望者に配布しています。担任の先生までお申し出ください。

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。



Q. どうして給食には毎日牛乳が出るの?

A. 日本人は、カルシウムの摂取量が不足しているといわれています。給食がある日とない日では、給食のある日の方がカルシウムの摂取量が多いという研究結果が出ています。給食に出る牛乳は、成長期に大切なカルシウム摂取に役立っています。



*城陽市のウェブサイトに「給食写真」「予定献立表」「給食センターだより」「加工食品の配合割合表」「給食のレシピ集」を掲載しています。右のQRコードよりアクセスできますので、ぜひご覧ください。



じょうようしりつがっこうきゅうしょく 城陽市立学校給食センターの職員を紹介します！

- ◇ 所長…**菌田** ◇ 主任専門員…**藤堂** ◇ 主任…**澤畑**
- ◇ 事務…**寺井** ◇ 栄養士（食物アレルギー担当）…**橋本**

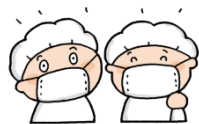


- ◇ 栄養教諭（献立立案や発注、食に関する指導を行います）
…**成瀬**（寺田西小学校所属）、**北野**（南城陽中学校所属）
吉田（寺田南小学校所属）

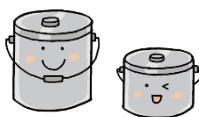
★調理及び配送業務は外部委託しています。（一富士フードサービス株式会社）

- ◇ 調理員…50名 ◇ 配送…14名 ◇ ボイラー担当…1名

今年度も、安心・安全はもとより、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。よろしくお願いいたします。



せいけつ みじたく じんび 清潔な身支度で準備をしよう！



給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番として
ふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

- ◆つめは短く切っておこう。
- ◆石けんを使って手を洗おう。
- ◆マスクをきちんとつけよう。
- ◆ハンカチを持とう。
- ◆髪の毛が給食に入らないように、長い髪はくくったり、帽子や三角巾をつけよう。



れいわ ほんど きゅうしょくこんだて 令和8年度の給食献立テーマ

ほぞんしょく みなお 「保存食を見直そう」



今年度の給食は「保存食を見直そう」がテーマです。日本では季節の食材を長く食べるために、さまざまな保存食が受け継がれてきました。近年は食べる機会が減っていましたが、栄養が多く含まれている保存食は、災害時にもとても役に立つ食材です。日本の食文化でもある保存食の意味と昔の人の知恵を知り、食べ慣れる1年にしていきましょう。

がっき きゅうしょく どうじょう ほぞんしょく ～1学期の給食に登場する保存食～

きほ だいこん 切り干し大根

大根を切って数日間天日干しした食べ物です。カルシウムや食物繊維が豊富です。



こうやどうふ 高野豆腐

豆腐を乾燥させて作る食べ物です。乾燥の過程でスポンジ状の構造が生まれ、煮汁をよく吸います。



かんぴょう

夕顔の実を薄く長く削り取り、乾燥させた食べ物です。



さば (みずにかん) さば (水煮缶)

昔は塩漬けにして保存性を高めたサバが京都では大切に食べられていました。



がっしょうよてい じょうようさん やさい 4月使用予定の城陽産野菜

よしおかひでお
* 吉岡秀夫さん

こまつな 90kg

かぶしがいしや
* 株式会社ミズノさん

あお 青ねぎ 129kg

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。

