

きゅうしょくセンターだより

3月



☆今月の目標☆ 『1年間の反省をしよう』～給食をふり返ろう～



いよいよ3月です。今の学年で過ごす日も、残りわずかとなりました。
 学校がある日には、ほとんど毎日食べていた給食。
 その給食には、どんな良いところがあるのか、考えてみましょう。



給食センターでは、みなさんが
 食べ終わったあとに残った給食を、
 学校ごと、料理ごとに、毎日計量しています。

◎給食の良いところを見つけよう

以下の文章は給食の特徴です。[]に当てはまる言葉を下から選んで書き、
 給食の良いところを見つけましょう。

<p>給食には、いろいろな ① [] が 使われています。</p>	<p>② [] でとれる 旬の食材が使われています。</p>	<p>③ [] が みんなが健康でいるための 考えられています。</p>
<p>みんなの年齢や体格に 合わせた④ [] が 考えられています。</p>	<p>⑤ [] に 衛生的に作られています。 食べられます。</p>	<p>⑥ [] や後片付けを 給食当番を通して、食事の 学ぶことができます。</p>
<p>ひな祭りや七夕などに、 ⑦ [] が 出ます。</p>	<p>⑧ [] が 地域に昔から伝わる 食べられます。</p>	<p>⑨ [] と 一緒に同じものを 食べることができます。</p>

★1年間でよく食べられていたメニュー

- ・カレー
- ・マーボー豆腐
- ・鶏肉の照り焼き
- ・キムチ炒め
- ・菜花のごま和え
- ・ハッシュドポーク
- ・とりのからあげ



「残りが少なく、人気のメニューでした」
 「どの学校でも、よく食べられていました」

★1年間で残りが出やすかったメニュー

- ・高野豆腐の玉子とじ
- ・里芋と野菜のそぼろ煮
- ・焼き魚(さば・さんまなど)
- ・にら炒め
- ・きんぴら

「食感が苦手な人が多かったようです」
 「根菜の量が多くて食べにくかったり、
 魚は骨が気になり食べにくいようです」



味や量については、
 来年度も工夫を重ねて
 いきます。

☆給食は、みんなの成長を支えています。

みんな 量 食べ物 準備 行事食 地域 安全 郷土料理 栄養バランス

※答えは、献立表の一番下にあります

給食はおなかを満たす食事というだけでなく、
 栄養バランスのとれた献立や食事のマナー、
 食品の種類や特徴などについて学ぶことのできる「生きた教材」です。
 みなさんは毎日の給食を通して、さまざまなことを身につけることができます。



来年度も、ひと口ずつ大切に
 食べていきましょう！