

4月ほっかほっか



だより

天草学校給食センター



期待や不安、フワフワした気持ちと一緒に、新たな一歩を踏み出したことと思います。今年度も成長期のみなさんの心とからだの健康を支えるため、安心・安全・おいしい給食とお届けします。どうぞよろしくお願いいたします。

また、ききたいことやソワエスト、ご意見ありましたら、お気軽におたずね下さい。お待ちしております。

主食

ご飯が基本。麦ご飯や混ぜご飯などがあります。パンや麺の日もあります。

主菜 (魚・肉などおかず)

手作りを心がけています。地域の食材、行事食などさまざまな組み合わせを予定しています。

副菜 (和えものなど)

季節の新鮮な野菜をつかいます。原則、すべて加熱調理をした後に冷やしています。



配膳例 ↑ごはんの白 ↓パンの白



学校給食について

牛乳

容量200cc。骨などの成長に欠かせない栄養「カルシウム」。1日に必要なカルシウム量をとる一歩としてしっかり飲んでいきましょう。

汁物

だしは、昆布やかつお節、煮干しなどからとり、うま味を生かして塩分を控えます。

今年度の給食も

お楽しみに☆



学校給食は「学校給食法」という法律に基づいて実施します。食育の「生きた教材」として活用されます。

【学校給食法】第2条より

<p>1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> <p>栄養</p>	<p>2 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増い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p>	<p>3 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。</p>
<p>4 食生活が自然の恩恵の上になつたこと、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。</p>	<p>5 食生活が食に関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。</p>	<p>6 わ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。</p>
<p>7 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。</p>		



給食がはじまる前に、からだの調子やエプロン、爪のチェックをしましょう。エプロンは、ボタンがとれそうになっていないかなど、定期的にチェックしましょう。当番で体調がわるいときは無理せず、先生に相談して下さいね。

天草町は、世界に誇れる天草陶石の産地。天草陶石を原料にした白く、薄く、透明な磁器を、みなさんに感じてもらうために、平成8年度から高浜焼の学校給食への導入がはじまりました。天草町の花の椿と観光名所や文化伝統を題材にしたふるさとカルタの絵柄がプリントされています。

給食の約束

みんなで楽しく食べるため、一人ひとりが意識して取り組みましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗う</p>	<p>協力して準備を行う</p>	<p>いただきます</p> <p>あいさつをきちんとする</p>
<p>姿勢を正しくし、よくかんで食べる</p>	<p>汚い話や気持ちの悪い話をしない</p>	<p>決められた時間内に食べ終える</p>
<p>食器は大切に使う</p>		



食器について