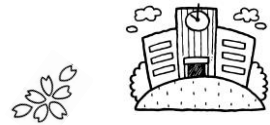




給食だより 4月



平成 30 年 4 月号
流山市立北部中学校

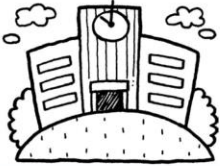



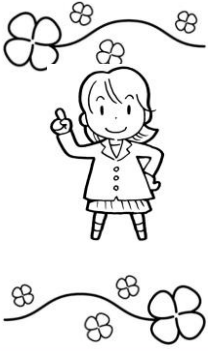
たくさんの若葉が芽生える季節になりました。学校でも元気いっぱいの新入生を迎え、新学期が始まります。新一年生の皆さん、中学校の給食はいかがですか？食器も大きくなり、主食や副菜の量も多くなります。しっかり食べて元気に学校生活を送れるようにしましょう。

学校給食は体を健康にすると共に、心も健康にするためのものです。食事の時間・会話を大切に、食事に感謝するという気持ちを持ってもらいたいと思います。

給食室でも、皆さんが楽しい給食時間を送れるように、安全でおいしい給食を目指して作っていきますので、どうぞよろしくをお願いします。

学校給食には目標があります

学校給食の7つの目標

<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>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培い、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。</p> 	<p>⑥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。</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> 	

以上の7項目の目標に向かって、栄養バランスを考えるのはもちろんのこと、行事食や日本や世界の料理などを取り入れることで食の体験を深め、旬の食材を使って季節を感じてもらえたらと思っています。

北部調理場の紹介



北部調理場は、北部中学校と東深井中学校の2校分（約1050食）の給食を作っています。

調理は、（株）東洋食品の調理員13名で作っています。

★全員で力を合わせ、安全でおいしい給食作りを目指します。

1年間よろしくお願いします。

北部調理場の給食

ごはんは流山産のお米です。

給食のごはんは流山産のコシヒカリを使用しています。地元の農家が、一生懸命作っているお米です。残さないようにしましょう。

給食室で炊いているので、ふっくらと美味しい仕上がりになっています。

バラエティに富んだおかずです。

和食をはじめ、洋食や中華など、様々な料理を取り入れています。

苦手な食材があっても、味付けが違くと食べられることもあります。ぜひ挑戦してみてください。

牛乳は毎日つきます。

牛乳はたんぱく質やカルシウムなど、成長期には欠かせない栄養がたくさん含まれています。毎日飲んで、丈夫な体をつくりましょう。



給食室からのお願い

給食室では安全な給食を提供するため、衛生面に特に気をつけています。

皆さんも、給食を配膳するときは右のことを十分注意しながらお願いします。

そして、給食では「はし」の日があります。献立表にのっているので、忘れないようにしましょう。



給食当番の身支度チェック

- ①髪のははりは全部帽子に入れましょう
- ②マスクはきちんとつけましょう
- ③つめは短く切っておきましょう
- ④手は石けんできれいに洗いましょう
- ⑤清潔な白衣を身につけましょう

