

4月給食だより



平成30年 4月
流山市立西初石中学校
流山市立常盤松中学校

柔らかな桜の色と温かさを増してきた風に、春の訪れを感じるようになりました。
みなさん、ご入学・ご進学おめでとうございます。給食の時間がみなさんにとっての楽しみになったらいいなどの思いを込めながら、安心安全で美味しい給食の提供に努めていきます。



学校給食の役割とは・・・

学校給食の7つの目標

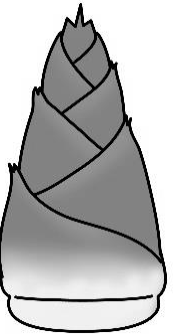
<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p> 
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p> 	<p>⑥我が国や各地域の優れた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> 	

これらの目標を目指し、給食にはひとりあたりの摂取基準値や食品構成(どのような食品をどれだけ食べるか)が定められています。献立の構成は、「主食+主菜+副菜+牛乳+(デザート)」を基本としています。また、旬の食品や地場産物を積極的に使用するほか、行事食や郷土料理などの季節を感じることで献立を積極的に取り入れていくよう心がけています。



食材メモ : たけのこ

シャキシャキとした食感も美味しいたけのこは、春が旬の食材です。
たけのこは、竹の地下にある茎を、頭が地表に出るか出ないかの若く柔らかいときに収穫します。ただ、竹は成長するスピードがとても速く、1日に1m以上も伸びることがあるため、収穫できる時期の短い食材です。
店頭で主に売られているのは水煮のたけのこですが、旬の時期になると皮がついたままの生のたけのこも出回ります。生のたけのこは非常にアクが強いため、米ぬか(または米のとぎ汁)で下ゆでをして、アク抜きをしてから使用します。また、水煮のたけのこには、白い粒が見えることが多くありますが、これはチロシンというアミノ酸の結晶で、害はありません。



★ 13日(金)に「たけのこのおかか煮」、19日(木)に「たけのこごはん」を予定しています。旬の味を味わってください。

給食の(支)度、できていますか？

Good!!



白衣を正しく着て、髪の毛は帽子にしまします。異物が給食の中に入ってしまうのを防ぎましょう。

鼻の中には様々な菌がいます。そのため、マスクは鼻までおきましょう。

きちんと泡立てて、爪の間までしっかりと洗いましょう。

学校給食は、成長期の体を作るのに欠かせないものです。今年度も、西初石調理場では、西初石中学校と常盤松中学校の2校分、約730食の給食を作ります。よろしくお願いします。

