



3月給食だより



やまとつくんとところちゃん
東大和市学校給食センター

今年度も残すところあと一ヶ月ですね。一年間の自分自身の給食時間を振り返り、できるようになったことや、新たな気づきはありましたか？今年度の残りの日々の給食を、楽しみながら食べてもらえると嬉しいです！

一年間を振り返ろう！

この一年間を振り返って、できたことに☑をつけてみましょう！

- きれいなハンカチ、タオルは持っていましたか？
- マスクをきちんとつけられましたか？
- 給食前に、せっけんで手を洗いましたか？
- 身支度を整えて、給食当番はできましたか？
- 「いただきます」のあいさつはできましたか？
- 給食中は静かに食べることができましたか？
- 「ごちそうさま」のあいさつはできましたか？
- 給食の後片付けはしっかりできましたか？



☑がつけられなかった項目は、来年度の目標にしてみましょう！

ひな祭りの行事食

ちらしずし

ひな祭りに食べられるようになったのは、最近のことです。おせち料理と同じように、エビやれんこんなど、縁起の良い食べ物が使われます。

ひなあられ

関東地方では米粒形のポル菓子、関西地方では丸形のあられと、味や形が異なります。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄・白」の4つの色が付けられているのが特徴です。

はまぐりのお吸い物

はまぐりは、対になっている貝殻でないと形がぴったり合わないため、「将来、良い相手と出会って幸せになれるように」という願いを込めて使われます。

ひしもち

厄を払うとされる「よもぎ」入りの草もちをひし形にしたのが始まりとされています。春の景色を表す「桃・白・緑」の3色が使われることが多いですが、地域によって色や形はさまざまです。

～給食物資の産地等～

学校給食の物資は、国の基準に基づき市場に流通しているものを使用しております。使用する食材の産地等(予定)は以下のとおりです。

(野菜等の産地については、市場での調達により産地が変わるため、2月の実績を掲載しております。)

種類	産地
牛乳	神奈川県、千葉県、栃木県、群馬県、宮城県、山形県、岩手県、静岡県、北海道

種類	産地
精白米	埼玉県(3年産)

種類	産地
豚肉	青森県、群馬県
鶏肉	山梨県、岩手県

種類	産地
さば	ノルウェー
さわら	東シナ海
さけ	北海道

種類	産地
たまねぎ	北海道
にんじん	東京都(東大和市)、千葉県
じゃがいも	北海道
だいこん	神奈川県
チンゲンサイ	茨城県
キャベツ	東京都(東大和市)、愛知県
はくさい	東京都(東大和市)、茨城県
ねぎ	東京都(東大和市)、群馬県、埼玉県
セロリ	静岡県
にんにく	青森県
しょうが	高知県
ほうれんそう	茨城県、群馬県、東京都
さといも	埼玉県
ごぼう	東京都(東大和市)、青森県

学校給食は、栄養バランスに優れ、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教育の一環として行っています。また、食材については、国の基準に基づき安全なものを使用し、さらに給食課で放射性物質検査を行うなど安全性を確認しております。こうした学校給食の趣旨と安全性についてご理解いただけますようお願いいたします。もし給食喫食や牛乳飲用に、ご不安がある場合には、学校へご相談ください。

YouTubeで食育動画を配信しています！

アクセス方法:「東大和市公式動画チャンネル」→「再生リスト」→「学校給食センター栄養士による食育」

二次元コード



東大和市学校給食センター〇×クイズ！

給食センターについてのクイズです。〇か×を選んでください！答えは下にあります。

Q1. 給食センターでは、一日約7000食を作っている。

〇・×

Q2. 給食は、前日から調理し、次の日に学校へ届けている。

〇・×

Q3. 野菜は、水で3回以上洗っている。

〇・×

Q4. 給食には、東大和市内の畑でとれた野菜が使われている。

〇・×

Q5. 揚げパンは、秋と冬にしか給食にでない。

〇・×

【答え】

- Q1. 〇 一日に市立小、中学生全員(約7000人)の給食を作っています。
- Q2. × 給食は、原則として当日に調理をしなければいけないため、前日から調理はしていません。当日の朝8時から、調理を始めます。
- Q3. 〇 野菜は、土などを確実に落とすために、三槽のシンクで3回以上洗っています。
- Q4. 〇 給食には、一部東大和市内でとれた野菜が使われています。とれたてなので、新鮮でとてもおいしいですよ！
- Q5. 〇 暑いと、揚げパンのまわりについている砂糖が溶けて、べたべたになってしまうため、秋と冬の涼しい季節にしか提供していません。みなさん気付いていましたか？

～お知らせ～

* 給食センターでは、多くの献立で調理器具を共用しています。また、食材料を製造している食品工場内等でも、各種アレルギー食品を取り扱っています。従って、アレルギー食品として表に記載されていない場合でも、少量混入する可能性があります。* 調味料や調理加工品は、4月～9月、10月～3月の半期ごとにメーカー等が変わる場合があります。詳細な成分等については、給食センター栄養士までお問合せください。

～保護者の皆様へ～

当市の給食では、そば、落花生、ナッツ類(カカオ、栗以外)、キウイフルーツは使用しておりません。食物アレルギーのあるお子様で、学校で特別な配慮を必要とする方は、学校へ学校生活管理指導表のご提出をお願いいたします。また、アレルギー等の理由により牛乳・乳飲料の停止を希望する場合は、学校へ申請書を提出してください。この際、停止できるのは飲用牛乳・乳飲料のみです。緑茶、りんごジュース等の飲料は提供されますので、ご留意ください。



☆この用紙は、再生紙を使用しています。

1年間よくがんばりましたね！



* 東大和市公式ホームページにて、献立、レシピ集、学校給食摂取基準等の内容を掲載しております。アクセス方法:「東大和市公式ホームページ」→「子育て・学校」→「学校教育」→「学校給食」→「学校給食の献立について」、「なつかしくてあたらしい! 東大和市のおいしい給食レシピ集!」、「栄養」