



4月給食だより



新学年のスタートです。みなさんが元気に楽しく、学校生活を送れるよう、安全・安心で、おいしく、学びにつながる給食を提供していきます。一年間、給食をしっかりと食べて健康な体を作りましょう！

新しい生活様式を踏まえた 給食時間の約束

<p>教室内の換気、机の上の片付けなど、食事の環境を整えましょう。</p>	<p>給食の前後に、せっけんできれいに手を洗いましょう。</p>	<p>給食当番は必ず健康チェックをし、きちんと身じたくを整えましょう。</p>
<p>マスクは、「いただきます」のあいさつの後に外し、マスク入れなどにしましましょう。</p>	<p>姿勢よく、前を向いて静かに食べましょう。</p>	<p>食べているときは、しゃべったり立ち歩いたりしないようにしましょう。</p>

《必ずご確認をお願いいたします！》 緊急時対応として使用する食材について

学校給食センターでは、食材納入の都合等により、予定していた食材が急遽使用できなくなった場合、緊急時対応として以下の食材を使用させていただくことがあります。アレルギーの内容をご確認の上、食べられない方は、事前に学校にお伝えくださいますよう、よろしくお願いいたします。

なお、この食材は年間を通して使用する予定です。

《冷凍ハンバーグ》

- ・原材料：豚肉、鶏肉、たまねぎ、パン粉、でん粉、粉末状植物たん白、砂糖、食塩、チキンエキス、酵母エキス、香辛料、水
- ・アレルギー：豚肉、鶏肉、小麦

春野菜クイズあれこれ

Q1 下の絵は、春に収穫できる野菜です。どんな所に育つでしょう？ 葉っぱをヒントに○に番号を書きましょう。

1 アスパラガス 2 たけのこ 3 ジャがいも 4 キャベツ 5 そら豆

Q2 次の野菜を英語で何と言う？ 線をつないでみよう！

1 たまねぎ 2 えんどう豆 3 ジャがいも 4 キャベツ

Cabbage Onion Potato Peas

Q3 次の文章はたけのこについての説明です。間違えている文章はどれでしょう？

1 食べるのは「くき」の部分である
2 おなかをそうじしてくれる食物せんいが多い
3 1年中収穫することができる
4 漢字で「筍」と書く

こたえ
Q1 = 左の図
Q2 = ①-Onion ②-Peas ③-Potato ④-Cabbage
Q3 = ③
1年中収穫することはできず、多くは春の初めに出てきた竹の芽(若いきの部分)を収穫しますが、ゆでた物を缶詰などに加工した加工品は1年中買うことができます。

給食当番の衛生チェック

- 髪が長い人は髪がはみ出ないように帽子をかぶる
- マスクで鼻と口をおおう
- 手はせっけんできれいに洗う
- 清潔な白衣(エプロン)を身につける
- 清潔なハンカチを用意する
- おなかの調子が悪い、吐き気がするなど、体調が悪い人は、当番を交代してもらってください。
- 白衣を床でたたんだり、食器や食缶を床に置いたりしないようにしましょう。

栄養管理と献立作成

「学校給食摂取基準」に基づき、栄養士が献立を作成しています。「学校給食摂取基準」では、1日に必要な栄養量の3分の1程度を目安に、カルシウムは2分の1など、家庭での食事で不足しがちな栄養素を補えるように基準値が定められています。

「主食・主菜・副菜・汁物・牛乳」の組み合わせを基本に、さまざまな食品や調理法を取り入れ、行事食、郷土料理、外国の料理など、バラエティーに富んだ献立を実施します。



～保護者の皆様へ～

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、国の基準に基づいたものを使用し、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くださいますようお願いいたします。

【アレルギー】
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。

学校給食センターでは、多くの献立で調理器具を共用しており、食材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アレルギー献立表に記載されていない場合でも、微量混入(コンタミネーション)する可能性があります。

また、アレルギー等の理由により給食、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、ご注意ください。

【学校給食使用物資】
調味料や調理加工品は、4月～9月、10月～3月の半年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、学校給食センター栄養士までお問合せください。

【給食に関する情報】
東大和市公式ホームページにて、各月に使用している学校給食物資の産地、献立、レシピ集、学校給食摂取基準等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」
→「学校給食物資の産地」、「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」

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」

