

しょくいく

# 食育だより

がつ  
**4月 (No. 1)**

令和4年4月12日  
吉和小・中学校  
吉和学校給食センター



今年度も食への関心を高める取組を充実させていきたいと思ひます。よろしくお願ひします。

よしわしょうちゅうがっこう きゅうしょく

## 吉和小中学校の給食について



校舎に併設する吉和学校給食センターで、毎日作っています！

1食あたり主食＋牛乳＋2～3品のおかずを基本に、時々、季節の果物やスイーツがつきます。

メニューは、揚げ物、焼き物、蒸し物、煮物、炒め物、和え物等様々な調理方法で、いろいろな食べ物をバランスよく取り入れるように工夫しています。

### ★学校給食の献立作成や調理で心がけていること★

- 加工食品はできるだけ使用せず、手作りを基本としています。
- 吉和産・廿日市市産の食材を積極的にとり入れ、地産地消に努めています。
- 日本型食生活のよさを伝えるため、和食を中心としています。
- 食文化の継承のため、郷土料理、行事食などを取り入れています。
- 旬の食材を積極的に取り入れています。
- 減塩のため、薄味を心がけています。

安全安心でおいしい、  
心のこもった給食作り  
をがんばります！



### ★給食メニューの工夫★

#### ○ 料理カメニュー



児童生徒の皆さんに特に作れるようになってほしい料理として「おひたし」を毎月給食に取り入れています。

※中学校卒業までに作る力を身につけてほしい料理のレシピを食育だよりの裏面で紹介していますので、ぜひご覧ください。

#### ○ カムカムカミングメニュー

毎月19日は「食育の日」です。

かみごたえのある料理を意識して取り入れています。



#### ○ 和食を食べようメニュー

主食・主菜・副菜(汁もの)がそろった、和食の基本献立です。

和食に親しみをもち、献立を考へる時の参考にしてほしいと思ひ、和食を取り入れています。



#### ○ お誕生日メニュー

毎月1回、お誕生日の児童

生徒をお祝いするお楽しみ献立として、スイーツを取り入れています。



# ひろしま おうえん G7広島サミット応援メニュー

5月19～21日に広島県で開催される「G7サミット」にちなんで、参加国をテーマにした献立を4・5月の給食で取り入れています。この機会に、世界の国の食文化について考えてみましょう。

## 4/20(木) イギリス

ツイストパン 牛乳

フィッシュアンドチップス スコッチブロススープ

フィッシュアンドチップスは、イギリスの代表的な料理です。白身魚の揚げ物に、ポテトフライを添えたものです。給食では、メルルーサという白身魚で作ります。また、スコッチブロススープは、イギリスのスコットランドの料理です。押し麦が入った貝たくさんスープです。本来はラム肉などで作りますが、給食では鶏肉を使って作っています。押し麦が入っているので、食物繊維もとれますね。

## 4/25(火) イタリア

ポロネーゼ風スパゲティ 牛乳

ツナと大根のサラダ パンナコッタ

ポロネーゼ風スパゲティは、肉や野菜をワイン等で煮込んだものをスパゲティとからめた料理です。イタリア料理のポロネーゼは、平たいパスタ「タリアテッレ」を使いますが、給食ではスパゲティを使います。

パンナコッタは生クリームやゼラチンを使ったイタリアのスイーツです。給食ではももの缶詰を添えてお洒落なメニューとして出します。

## 4/25(水) 日本

たけのこ飯 牛乳 あじのから揚げ

きゅうりのおかか和え 豆腐とたまねぎの味噌汁

和食の基本の形である主食、主菜、副菜(汁物)がそろった献立です。今が旬の生たけのこをゆでて、たけのこ飯にします。広島県産の煮干しを使っただしと、吉和産の味噌を使った味噌汁もおいしくいただきます。

## 4/27(木) ドイツ

セルフホットドッグ 牛乳 ザワークラウト

じゃがいもとまめのポタージュ いちご

ドイツはウインナーが有名ですね。ザワークラウトはキャベツの酢漬けです。給食では、ケチャップソースで味付けしたウインナーを自分でパンに上手にはさんで食べましょう。

5月の給食もお楽しみに♪

## 保護者のみなさまへ (食べたことのない食材について)

給食では、児童生徒の食経験の充実をはかるため、さまざまな食材を使用します。

食物アレルギー対応のため、食べたことのない食材が給食献立に出る場合、お手数ですが、事前にご家庭で食べていただきますようお願いいたします。児童生徒が安全に過ごせますよう、ご協力をお願いします。給食について、何か気になること等ございましたら、お知らせください。



## 給食当番について

児童生徒がランチルームで給食の配膳を行います。安全に配慮して、給食指導を行いたいと思いますので、引き続きのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。(感染症対応は、状況に応じて臨機応変に変更することがありますのでご承知おきください。)

給食着は、1年間ご家庭で洗濯・管理をお願いします。3月に、次年度に向けて回収します。

