

食育たより

令和6年4月号

龍郷町立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます！

元気いっぱいの新入生を迎え、新年度がスタートしました。
本年度も安全でおいしい給食づくりをめざしますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

たいせつ きゅうしょくどうばん しごと 大切な給食当番の仕事

子どもたちが自分たちで食事の準備や後片付けを行い、協力してみんなで楽しく食べることは、学校給食のねらいの1つです。給食当番は、給食を楽しく、おいしく、そして安全に食べるためにとても大切な仕事をしています。

きゅうしょくどうばん 給食当番になったら…

つめの長さや身だしなみに気を
つけよう。清潔なハンカチを
毎日用意しよう。



トイレを済ませて、せっけんを
使って手をしっかり洗ってから
白衣に着替えよう。



マスクは鼻と口をしっかりと覆う
ようにつけましょう。



髪はぼうしから出しません。長い
髪の方はピンなどでまとめて
おこう。



白衣を着たら、壁によりかかっ
たり、ふざけたりしてはだめ
だよ。



盛りつけ方や1人分の量を確認
しておきましょう。



汁ものは底をよくかきまぜなが
ら盛りつけて、残しがないよう
にしよう。



当番同士でおしゃべりをせず、
てきぱき盛りつけましょう。



1週間の当番が終わったら、白衣
を家で洗濯・アイロンがけし、忘
れずに学校に持ってきましょう。



◆ 龍郷町立学校給食センターの紹介 ◆

平成16年9月から、それまで9つの学校でそれぞれ作っていた給食をセンターでまとめて作り、各学校へ届けるようになりました。

献立について・・・和食が基本です。地場産物を多く使うようにしています。

ごはん

県内産あきほなみを使用。通常1釜約6kgの米に1割の麦を加え、9釜炊きます。麦ごはんにすると、不足しがちな食物せんいを多くとることができるので、ご家庭でもぜひどうぞ。めん類と組み合わせるときは米の量を減らします。

おかず

材料はほとんど手切りです。煮物など、多い時は150kg程の材料を切ります。主菜はスチームコンベクションオーブンやフライヤーを使い、焼き物、揚げ物、蒸し物等の料理を作ります。和え物は、ゆでた野菜を真空冷却機にかけて冷やし、温度管理を行って提供します。

牛乳

毎日つきます。カルシウムの要求量が多い小中学生にとって、重要な食品のひとつです。都城の県酪から、毎週月・水・金曜日の朝センターに届きます。学校別に数えてコンテナ車で給食と一緒に配送します。中学生は6月～10月の期間、250ccの牛乳になります。

食物アレルギーへの対応

現在、医師の指示により家庭でアレルゲンを除去している場合、給食でも対応いたします。
学校を通じて給食センターへお知らせください。

学校給食は教育の一環であり、単なるお昼ご飯ではありません。
食べることを通して、子どもたちに知ってほしいことがあります。

- ・ 自分の体は自分が食べたものでできあがるということ
- ・ 食べることは簡単ではないということ



食べ物はみな命。人は食べ物という命を育て、命をいただき、自分の命をつなぎます。
食べることを大切にしないのは、自分の命を大切にしていないのと同じです。
命を大切に育てる子どもに育つよう、家庭と給食が協力して食育をすすめていきましょう。

毎日の給食の写真を龍郷町のホームページに掲載しています。トップページから「小学校・中学校」のページに入り、給食センターの「きょうの給食」をご覧ください。給食の料理を家でも作ってみたいときはお問い合わせください。ホームページや献立表にもレシピを載せたいと思います。