

# 食育たより

令和2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

思いもよらぬ形で令和元年度が終わりましたが、元気な新入生を迎え、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。

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。

## 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。センターには白い配送用のコンテナ車が2台あり、1台は所長が運転し、大勝小、戸口小、赤徳小中、龍南中に届けます。もう1台の運転手は朝、野菜の下処理をしてから配送業務に入り、龍瀬小、龍郷小、円小、龍北中、秋名小に届けます。調理員は11名で、約670名分を作っています。

献立は和食が基本。

地場産物を多く使い、バランスのとれたものになるよう心がけています。

### 食器

低学年は一部樹脂製ですが、他は強化磁器を使用しています。強化されているとはいえ、扱いが悪いと割れます。丁寧に使ってほしいです。

ごはん茶碗は手に持って食べやすい、糸底のついた形です。

おはしは樺の木が原料です。

### ごはん

県内産あきほなみを使用。9月には秋名米も登場します。

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。

### パン

笠利の北斗パンで作ってもらいます。当日焼きでふわふわです。年間20回の計画です。

## 子どもたちが食べているのはこんな給食

人気No.1の鶏飯



祖先の命を救ったなりがゆを1月の給食で体験します。



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レシピを載せたいと思います。

### 牛乳

毎日つきます。カルシウムの要求量が大き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。

### おかず

材料はほとんど手切りです。煮物など、多い時は150kg程の材料を切るのに手にもめがでできたりします。

主菜はスチームコンベクションオープ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。

### 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。

\* 8がつく日はかみかみメニューです。