

10月 給食だより



平成26年10月1日
練馬区立中村西小学校
校長 福田 純子
栄養士 川島 夕子

一年中で一番食べ物のおいしい時季になりました。世界では、米・麦・とうもろこしが三大穀物といわれています。その中でも日本人は米を主食として生活をしてきました。米が主食の場合、肉や魚、豆や野菜など様々な食品と組み合わせることが出来ます。こうした食生活は小麦や肉に依存した欧米型の食生活と比べると栄養のバランスも良く、健康的といわれ、日本人が「長寿国」となっている理由のひとつともいわれています。新米のおいしい季節に、もう一度「日本型食生活」を見直してみませんか。

備蓄米について ◆給食で備蓄米を使用します。◆

お米がとれる量は、その年の天候に大きく左右されることがあります。不作の時でも国民の皆さんがいつでも安心してお米が食べられるように、お米の備蓄制度があります。

備蓄米は、一定期間低温により品質を保持して保管された後は、卸売業者などに売却され、一般のお米と同じように消費者に届けられます。給食でもこの備蓄米を申請し、使用します。

■お米の備蓄運営の仕組み■

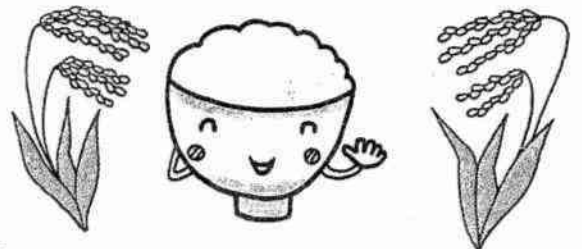
平成23年度から棚上備蓄方式に移行しました。適正備蓄水準は100万トン程度(6月末)として、国内産米を一定期間(5年間程度)備蓄します。不作によりお米が不足するときには、備蓄米を放出し、消費者への安定供給が図られます。放出を要する不足時以外は、備蓄後に飼料用等の非主食用として販売します。

■低温保管されています■

備蓄米は玄米のまま大切に低温保管されています。玄米は生きているため、常温で保管すると呼吸が活発になり、お米の温度も上がって変質してしまいます。そこで、備蓄米を保管している倉庫の中は、常に15℃以下に保ち、湿度も一定に維持しています。

■低温保管のメリット■

- ◆ 新米とほとんど変わらない品質を保ちます。
- ◆ 栄養分の損失を防ぎます。
- ◆ 脂質の酸化を抑えます。
- ◆ カビ等の微生物の繁殖や害虫の発生を防ぎます。
- ◆ お米の保管上の安全性が確保できます。



給食試食会へのご参加ありがとうございました!

9月17日(水)に、保護者の方を対象に給食試食会を行いました。この日の献立は「牛乳」「五穀ごはん」「魚の西京焼き」「野菜の生姜あえ」「鶏団子と冬瓜のスープ」でした。子供たちと同じように準備、配膳をしていただき、久しぶりの給食に「懐かしい」という声も聞こえてきました。給食中の子供たちの様子や、学校給食の栄養管理、衛生管理などについて知っていただけるよい機会となったと思います。

食習慣や食事マナーは、毎日の食事の中で形成されます。今後ともご家庭と連携しながら、学校給食が子供たちの成長に貢献できるよう、安全・安心な給食作りに取り組んでいきたいと思ひます。

11月分の給食費は10月27日(月)に引落されます。通帳をご確認ください。

〈ご注意〉学校給食費の未納が続きますと、教育活動に支障が生じます。必ず期日までの入金をお願いいたします。なお、未納の状況に応じて、必要な法的措置をとる場合があります。