

給食だより 4月

令和5年4月6日
旭丘小学校

いよいよ、新しい学年のスタートです。学校給食は、栄養バランスのとれた食事です。子どもたちの健全な成長を支えるとともに、食文化、望ましい食習慣やマナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働くひとへの感謝の心などを学ぶ教材となるものです。本年度も安全や衛生に配慮しながら、心を込めておいしい給食づくりに努めてまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。

旭丘小学校の給食作りで大切にしていること



- ☆ **安全性を考へて食材を選びます。**
産地や製造日が明確なものの、着色料や保存料が使われていないもの、遺伝子組み換えされていないものなどを選びます。原則として国産品を使用します。
- ☆ **心をこめた手作りで。**
カレーやシチューのルー、コロッケやハンバーグなど、すべて手作りで。和風のだしはかつお節や昆布で、洋風や中華のスープは鶏ガラや豚骨でいねいにとります。うま味たっぷりの天然だしです。
- ☆ **食べやすい味つけです。**
小学生に合わせたやさしい味つけです。特に、1年生が給食に慣れるまでは、食材の切り方や大きさなどにも充分気をつけて、食べやすく作ります。
- ☆ **和食のおいしさを伝えます。**
ご飯を中心とした和食の献立を、多くとり入れます。煮物、おひたし、魚料理など、家庭料理に近いものを中心に心がけて作ります。豆製品や乾物を使った日本の伝統食の素晴らしさを子供たちに伝えていきます。
- ☆ **給食の時間は学びの時間です。**
食べることは生きること、とても大切です。給食の時間は、食べ物や料理のこと、食文化やマナーのことなどを知る、教育のひとつとして位置付けられています。友達や先生と共に食べ、四季折々の産物など食材の味や香りを楽しみ、おいしく味わいながら、給食を通して生きる力を育てていきたいです。



朝食で3つのスイッチオン!

からだのスイッチ



朝食は、睡眠中に不足したエネルギーや栄養素を補給することができるので、午前中に元気に活動するための力になります。

のうのスイッチ



ごはんやパンに含まれている炭水化物は、体内でブドウ糖に分解され、脳のエネルギー源になります。

おなかのスイッチ



体は、朝食をとると、腸が動いてうんちがしたくなるような仕組みになっています。朝食をとってうんちを出しましょう。



今月の給食から・・・

入学式や卒業式のお祝いや人生の節目に作られるお赤飯。「おこわ」とも言い、あずきやささげを混ぜて蒸して作られます。給食室でも1年生の入学や在校生の進級をお祝ひしてお赤飯をつくります。

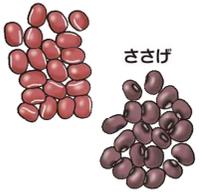
赤はお祝ひの色

だるまも赤い色をしているように、古くから日本では赤い色は病氣やわざわいを追い払う色と考へられてきました。



関西はあずき、関東はささげ

赤飯では、赤い色を出すために豆の煮汁を使います。もともとは「あずき」でしたが、出来上がると豆が割れやすいので「切腹」を思い浮かべると、武士の多い江戸では代わりに「ささげ」が使われるようになりました。あずきとささげの見分け方は、豆のへそを見ればわかります。小豆は白っぽいですが、ささげには周りに黒っぽいふちどりがああります。



旭丘小と旭丘中は、親子方式給食です。



旭丘小学校が親校となつて2校分の給食を作り、子校の旭丘中学校へ、トラックを使って給食を運びます。献立は基本的に同じですが、分量や味付けを変えることや、中学校のみ1品多いメニューの日もあります。

また給食調理業務は、昨年度に引き続き、株式会社「藤江」が担当します。安全で安心な給食を提供していくために、最善を尽くしてまいります。今後ともご理解ご協力をよろしくお願い致します。