

平成 27 年度

練馬区立石神井東中学校

4 月給食だより

校長 堀井 安伸

栄養士 南 由紀子



入学・進級おめでとうございます。

新年度の給食は、8日から始まります。安心・安全でおいしい給食を生徒の皆さんに提供できるよう、給食室のスタッフ一同心をこめて調理していきます。今年度も調理は株式会社給食センター富貴が練馬区より委託を受け、担当します。1年間どうぞよろしくお願いいたします。



石神井東中の給食ではこんなことを心掛けています

- * 色々な食品を使用し、成長期の皆さんに栄養バランスの整った食事を提供します。
- * 旬の食材を使用し、季節感のある給食を作ります。
- * 信頼のおける業者さんに食材の納品をお願いし、不必要な添加物の入った食品や産地が不明な食品は使用しません。
- * カレーのルー・コロッケ・ふりかけ・デザート等、全て給食室で手作りしています。また、和風の汁物はかつお節・昆布から、洋風・中華のスープは鶏ガラ・豚骨からだしをとっています。
- * 日本の優れた食文化を継承していけるよう、行事食・郷土料理を取り入れています。
- * 素材のもつ味を十分味わえるよう、また、生活習慣病の予防のためにも塩分を控えた薄味を心がけています。
- * 食中毒等の事故を予防するため、調理従事者の健康管理をはじめ、トマト・果物以外は全て加熱処理し、調理には細心の注意を払っています。

生徒の皆さんにお願いしたいこと

- * 中学校の給食時間は準備・片付けを含めて 30 分間です。食事の時間をゆっくり確保するために、4 時間目の授業が終了したら素早く、協力して給食の準備に取り掛かりましょう。
- * 給食では皆さんに色々な食品や料理に触れ、食の幅を広げて欲しいと思います。その季節だけの野菜・果物も登場します。食べ慣れないもの、嫌いなものでも 1 口は食べてみましょう。
- * 昨年度もおぼんや食器の破損がありました。気をつけていたら防げていた破損も多かったようです。また、残念なことに曲げられたスプーンが数多く給食室に戻ってきました。「みんなで使うもの」という気持ちを忘れずに、大切に使いましょう。
- * 給食は多くの命やたくさんの人々に支えられ、皆さんは毎日食べることができます。そのことを忘れずに感謝の気持ちを持っておいしくいただきます。

今月の給食から



10日 入学・進級お祝い献立 お赤飯・鶏のから揚げでお祝いします

17日 食育の日 筍ご飯・春きゃべつのおかかあえ

春の食材、筍・春きゃべつを使った献立です



1年生も入学式の翌日から給食が始まります。小学校に比べ量も多くなりますが早く中学校の給食に慣れ、たくさん食べて元気な中学校生活を送りましょう。

新学期も「早ね・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えましょう

「早ね・早起き・朝ごはん運動」シンボルマーク

