

入学・進級 おめでとうございます

平成24年度が始まりました。

いつにない豪雪の冬から草花が芽吹く「春」を迎え、気持ちも新たな新年度が始まりました。  
子どもたちも「期待」と「不安」を胸に、目を輝かせていることでしょう。

## 学校給食の目標 (平成20年度の学校給食法一部改正により「栄養改善」から「食育」へ・・・)

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ② 日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。
- ④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
- ⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
- ⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
- ⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

を目標にして実施されています。法律の文章そのままなので、難しく感じられるかもしれませんが、要約すると、

「食べること」は「いのちをいただくこと」であり「感謝の心」を忘れないことと言えるかもしれません。

## 寒河江市の給食は・・・

**単独校調理方式** ...各学校で副食を調理しています。  
**完全給食** ...主食、副食、牛乳で構成される給食です。  
**米飯・パンの回数** ...週5回のうち4回が米飯、1回がパン又は麺です。  
 使用している米は「寒河江産米はえぬぎ」です。

《おかずとお汁》

児童の嗜好にも考慮しながら、季節感を活かし、郷土料理や行事食などを献立に組み入れ、地元の食材を積極的に取り入れるようにしています。食品の安全についても定期的な確認を行っています。

ねらい	日曜	予 定 献 立 名 <small>献立は変更になる場合があります</small>	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま 熱やちからのもとなる	あかのなかま 体をつくるもとなる	みどりのなかま 体のちょうしをととのえる
給食時間の過ごし方を覚えよう	10 火	しょくパン いちご&マーガリン 牛乳 ハンバーグ ゆでやさい コンソメスープ	パン ジャム マーガリン	牛乳 ハンバーグ ベーコン	キャベツ きゅうり たまねぎ コーン にんじん エリンギ
	11 水	ごはん 牛乳 チンジャオロソウ ブロッコリー ちゅうかスープ	ごはん あぶら	牛乳 ぶたにく わかめ とうふ	たけのこ ピーマン パプリカ ねぎ ブロッコリー、にんじん
	12 木	カレーライス ふくじんづけ 牛乳 かいそうサラダ てづくりプリン(1年生給食開始)	ごはん あぶら ルウ じゃがいも	牛乳 ぶたにく チーズ わかめ こんぶ とさか	キャベツ ブロッコリー たまねぎ にんじん グリンピース
	13 金	ごはん 牛乳 さばのみそに おひたし 県産ぶたにくとやさいのとんじる いちご	ごはん さとう	牛乳 さば ぶたにく とうふ みそ	あおな もやし キャベツ ごぼう だいこん にんじん ねぎ いちご
よくかんで食べよう	16 月	ごはん 牛乳 みそあじたまごやき きんぴらごぼう 県産もやしのみそしる	ごはん あぶら ごま	牛乳 たまごみそ とうふ あぶらあげ	ほうれんそう ごぼう にんじん もやし こんにゃく
	17 火	やきそば 牛乳 <u>だいこんのドレッシングあえ</u> コーンスープ おいおいクレープ	ちゅうかめん あぶら ドレッシング クレープ	牛乳 ぶたにく のり わかめ	キャベツ たまねぎ にんじん ピーマン コーン だいこん きゅうり しめじ
	18 水	ごはん 牛乳 ささかまのいそべあげ <u>県産だいすいりひじきいり</u> あおなのみそしる	ごはん こむぎこ あぶら	牛乳 ささかま あおのり だいす みそ ひじき さつまあげ	にんじん あおな ねぎ
	19 木	ごはん 牛乳 しおマスやき 県産うるいのおかかあえ <u>県産やさしいりけんちんじる</u>	ごはん あぶら	牛乳 しおマス ささかま とうふ みそ	うるい にんじん もやし ごぼう ねぎ だいこんこんにゃく
	20 金	ごはん 牛乳 <u>ハムチーズフライ</u> 県産きゅうりいりはるさめサラダ たまごスープ	ごはん あぶら パンこ ごま はるさめ	牛乳 ハム チーズ たまご わかめ	きゅうり にんじん たまねぎ えのきだけ



# 4月の献立から・・・

給食だよりには…

毎日の献立はもちろんですが、「食」に関することや「献立の紹介」「献立のレシピ」「郷土料理や行事食のいわれ」「給食時間のひとコマ」などを載せていきます。ご家庭での食事にご活用ください。

## 学校給食人気No.1!

### 『カレーライス』

いつの時代も「学校給食のカレーライス」は人気の一品です。「学校のカレーは家で作るものとどこが違うの?」とよく聞かれます。しかし、使う材料もカレーの味を決めるカレールウもほとんど同じ。「豚肉・玉ねぎ・にんじん・じゃが芋・にんにく・パーモントカレールウ」隠し味に「ケチャップ・ソース・チーズ・チャツネ」を使っています。

家庭のカレーと味が違う・おいしいと感じるのは、給食ならではの「作る量」と「お友だちと一緒に食べること」なのかもしれませんね。

## 【郷土料理・特産物を味わおう】をねらいとした献立

24日(火)～28日(金)の予定

「県産う・フランスで作ったジャム」「県産山菜(わらび・みず・なめこ・ほそたけ・ふき)」「県産きのこ(えのき・しめじ)汁」「県産うこぎご飯」の他「きゅうり」や「県産青菜(採れるもので種類が異なりますが…)」を取り入れています。

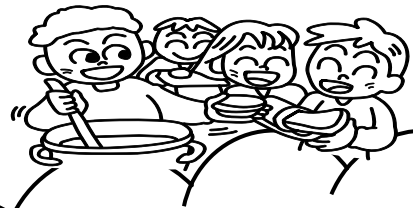
山形県で採れたり栽培されている野菜・山菜を使ったり、昔から食べられている料理を取り入れた内容にしています。給食だよりを見るとき、料理名の他「県産」「寒河江産」を意識してみてください。

### ＜パート1＞

#### 自信が強さに…

2年生も1年前は1年生。体も心も大きく成長しました。給食で入学当初は食べられないものが多かった子も、たくさんの種類・量を食べられるようになりました。

繰り返し目にしてきたこと、少しでも口にすると、友だちと一緒に同じものを食べるなど、できるようになった理由はいろいろあるかもしれませんが、でも一番は、本人が苦手なものに「挑戦した」「食べられた」「やり切れた」の自信が強さになったのだと思います。小さな積み重ねが大きな結果につながることを再認識しました。



### ＜パート2＞

#### 自分の食べられる量・食べる量

初めは「目だけが食べたい」1年生。もらったものの食べきれないこともありました。『失敗は成功の母』といいますが、経験することで自分が『食べられる分量』がわかるようになります。

給食の一口メモの放送をきき、栄養について興味を持つと『食べる量』にも意識して、苦手なものでも「このくらいは食べる」という目標になるようです。毎日毎日の積み重ねの大切さがここにも感じられました。

# あそびのひとコマ

No. 197

給食担当 ●●●●

調理師 森谷 純子 太田 節子 佐藤 さなえ

以上のメンバーで、おいしい給食になるように計画していきます。よろしくお願いします。

ねらい	日曜	予 定 献 立 名 献立は変更になる場合があります	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま 熱やちからのもとなる	あかのなかま 体をつくるもとなる	みどりのなかま 体のちょうしをととのえる
	23月	振替休業日			
郷土料理・特産物を味わおう	24火	しよくパン(ラ・フランスジャム)牛乳 コロッケ(ソース)県産きゅうりいりツナサラダ ベーコンスープ	しよくパン ジャム パンこ あぶら マヨネーズ	牛乳 ツナ ベーコン とうふ	コーン きゅうり キャベツ にんじん たまねぎ
	25水	ごはん 牛乳 ホッケのしおやき 県産あおなのいそべあえ <u>さんさいじる</u>	ごはん	牛乳 ほっけ ぶたにく みそ のり あぶらあげ	あおな キャベツ むきまめ ふき みず わらび ほそたけ こんにゃく にんじん ねぎ
	26木	おやこどんぶり 牛乳 なのはなのごまみそあえ <u>県産きのこのすましじる</u> みしょうかん	ごはん さとう ごまあぶら ごま ふ	牛乳 とりにく たまご みそ わかめ	たまねぎ きぬさや なのはな キャベツ にんじん たけのこ えのき しめじ みしょうかん
	27金	<u>県産うこぎごはん</u> 牛乳 にくだんご わふうポテトサラダ 県産あおなのみそしる	ごはん ごま じゃがいも マヨネーズ ふ	牛乳 にくだんご とうふ みそ	うこぎ にんじん コーン いんげん ねぎ あおな

献立名が「太字・斜め」で「下線」の引いてある料理が、週のねらいの料理になります。