

きゅうちゃん ぽこちゃん

4月号

平成28年4月13日発行
智頭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。今年度の給食がいよいよスタートしました。

学校給食は、子どもたちの心と体の健やかな成長を願い、毎日の食事の見本となるような組み合わせを考えて提供しています。また、栄養のバランスはもちろんのこと、地元産の旬の食材を積極的に取り入れ、地元を愛する子どもたちの育成に努め、衛生管理を徹底し、安心安全な学校給食作りを心がけています。今年度も1年間、安心安全でおいしい給食を通して、子どもたちに食のすばらしさを伝えていきます。どうぞ、よろしくをお願いします。

給食センター職員紹介

所長	米本 勝彦	運転手	葉狩 茂
栄養教諭	白間 三幸		
調理員	小坂 幸恵	西尾 和美	
	黒岩 公志	新免 希和	
	大森 美樹	宮内 葉子	
	近藤 信子	岡田 久美子	

～今年度は、このメンバーでがんばります。～

給食センターの職員全員で、
『安全でおいしい智頭の給食』を
目指します！



* 給食センターは、智頭病院の地下にあります。ご不明な点等ありましたら、お気軽におたずねください。また、智頭町ホームページに給食センターからの情報を掲載しています。ぜひ、ご覧ください。



学校給食の目標



- 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。

給食のきまり&食事のマナー

給食は、たくさんの友達と一緒に食べるので、給食のきまりやマナーを守ることが大切です。食事のマナーといっても、国や地域、食文化や時代、宗教などによっても大きな違いがあります。一緒に食べる人を不快にさせないことを基本に、食文化に合ったマナーを心がけ、楽しい給食の時間にしましょう。

食器の置き方チェック



ご飯は左側、お汁は右側、箸は手前に置きましょう。

食事の時は

背中ピン!



見た目もよく、食べやすい姿勢です。背中を曲げた「犬食い」にならないように、食器を持って食べましょう!

食事の前の手洗いをしっかりと

手には汚れや菌がたくさん付いています。食中毒予防のためにも、食事の前には石けんできれいに洗いましょう。



正しく箸を持ちましょう



給食メニューのレシピ紹介

さわらのみそだれかけ

● 材料 (4人分) ●●●●●

- ・ さわら (さごし) 50g . . . 4切れ
- ・ 片栗粉 大さじ2杯
- ・ 小麦粉 大さじ1杯
- ・ 揚げ油 適量
- ・ みそ 小さじ2杯
- ・ 三温糖 小さじ2杯
- ・ うすくちしょうゆ . . . 小さじ1杯
- ・ 白すりごま 少々

学校給食では、鳥取県産の魚をできる限り多く取り入れるように心がけています。さわらは漁獲量も少なく高価なため、さわらの少し小さい鳥取県産の「さごし」を使っています。

● 作り方 ●●●●●●●●●●●●●●●●

- ① さわらに、片栗粉と小麦粉の混合粉をまぶして、油で揚げます。
- ② 鍋に、みそ、三温糖、しょうゆと水を少々入れ、ひと煮立ちさせたらごまを入れます。
- ③ ①に②をかけます。

～献立表の訂正とお詫び～

4月献立予定表の表面上部に掲載の智頭町の学校給食の説明の中で、牛乳を「毎日1本 (火～金曜日)」としていますが、「(月～金曜日)」の間違いです。牛乳は、たんぱく質やカルシウムを補給するため、毎日付きます。申し訳ありませんでした。

