



# パクンチョ!



食育だより担当	4月の目標	
栄養教諭：又吉	給食の時間の目標	給食の準備・片づけ・配膳の仕方を知ろう
978-2103 (勝連給食センター)	食に関する指導の目標	学校給食について

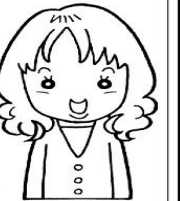
## ご入学・ご進級おめでとうございます



入学・進級おめでとうございます。寒さもやわらぎ、春風の心地よい季節となりました。新年度の給食もいよいよスタートします。給食は、お腹を満たすためだけのものではなく、給食を「生きた教材」として食に関する知識を深める食教育の場でもあります。これから1年、食育だより「パクンチョ!」を通して、様々な食に関する情報を発信していきたいと思ひます。どうぞよろしくお祈ひします。

### わたしは 栄養教諭 又吉ちさと です

これから1年間、お子さんたちが健やかに成長していくために、栄養バランスのよい給食を提供していきます。毎日生きた教材としての「学校給食」を通して、食育を学んでほしいと思ひます。ぜひ、ご家庭でも子どもたちと給食について話し合ってみてください。



### 学校給食の目標

(学校給食法より)

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図る 食事も食べることで元気で大きくなるよ!		⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導く 食べ物のこといろいろおぼえよう!
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をつちかい、望ましい食習慣を養う		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
③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び共同の精神を養う みんなで食べるのが楽しい!		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
④食生活が自然の恩恵の上にな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		

### 学校給食について ~こんなことに気をつけています

<b>食材</b> 地域でとれる旬の食材を中心とし、なるべく国産のものを使用しています。	<b>献立</b> 行事食や郷土料理、世界の料理など、バラエティーに富んだ献立作りを心がけています。	<b>栄養</b> 文部科学省が定める「学校給食摂取基準」に基づき、1日に必要な栄養の3分の1程度がとれるようにしています。	<b>調理・衛生</b> 野菜や果物は流水で3回以上洗い、生で食べる果物やミニトマトなどを除き、すべて加熱調理しています。また、食材を汚染しないよう、エプロンを使い分けるなど、衛生管理には細心の注意を払っています。
---	---	---	--

## 食育で身に付けたい態度 ホップステップジャンプ

確認お願いします!

<b>は</b> しの持ち方やつかかた使い方をマスターしよう!	<b>る</b> ールにしよう。「もう5回、よくのこから飲み込む!」	<b>が</b> っこうで学んだたかたいえ食べ方を家でもやってみよう!
<b>き</b> そく正しいめかつ、おくとく生活をしよう! ポイントはあさひるゆうのしよく3食をしっかりた食べること。	<b>元気キター!!!</b> 	
<b>た</b> のしく健康にす過ごして、げんきあたらみんな元気に新しいがくねん学年!を過ごそう!		

1年生は補食給食があります。補食給食日程と内容は以下のとおりです。

<b>9日(金)</b> ・牛乳 ・わかめごはん ・鶏肉の照り焼き ・いちごのスティックケーキ	<b>13日(月)</b> ・牛乳 ・ごはん ・花形豆腐ハンバーグ ・油みそ	<b>14日(火)</b> ・牛乳 ・カラフルピラフ ・ホキのハニーマスタード焼き ・ジューシーみかん
---	--	---

右側のQRコードをクリックすると、給食のレシピを検索することができます。QRコードを読み取り、給食センターのホームページから「勝連給食センター」の「給食レシピを」をクリックすると、給食のレシピを見ることができます。今月は、「なかみ汁」「人参ごはん」の作り方を紹介しています!ぜひお試しください☆

レシピを検索