



4月 給食だより

令和6年 4月 1日
石狩市学校給食センター
TEL: 62-8015
FAX: 72-2223

新年度がスタートしました。これから1年間、共に学ぶ仲間とより仲良くなるために、食事のマナーを守って楽しい給食時間にしましょう。

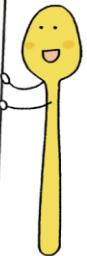
石狩市の給食では子ども達の心身の健康を考えながらおいしく食べて学んでもらえるように取り組んでいきます。今年度もどうぞよろしくお願ひいたします。



今月の給食目標

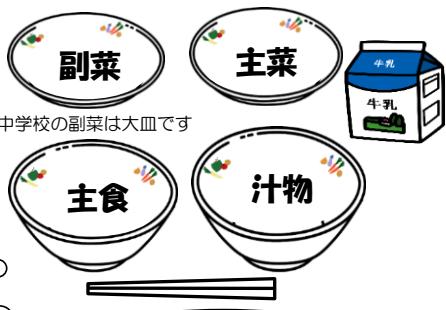
「楽しい給食にしよう」

準備や食べる時、片付けなどのきまりを守って、みんなが楽しく食べられるように工夫しましょう。



石狩市学校給食の取り組み

基本の食器の並べ方



給食の野菜について

道産や国内産の野菜を使用し、石狩産の食材が出回る時期は積極的に使用しています。
予定献立表にて、石狩産の食材については「太字」で表記しています。

●主食

〈ごはん〉

給食センターで炊飯して提供しています。お米はすべて石狩産「ななつぼし」で、月に1~2回、低農薬で作られた「イエスクリーン米」を提供しています。

〈麺〉

うどん、ラーメン、スパゲティ、冷麦（夏季）を提供しています。
うどん、冷麦は道産、ラーメンは石狩産小麦を使用しています。

〈パン〉

石狩産小麦を使用したパンで様々な種類を提供しています。

●汁物

かつお節や昆布などからだしをとったり、シチューのルウを手作りするなど、限られた時間の中で美味しく作る工夫をしています。学校給食摂取基準に基づき、だしをしっかりとる事で味噌を減らすなどの工夫で塩分を控えています。（麺類の汁はすべて飲んでしまうと塩分の取りすぎになりますので、半分くらいは残すようにしましょう。）

食物アレルギーへの対応

アレルギー食調理室を活用した除去食、代替食の提供を下記の内容で行っています。

- (1)かきたま汁やハ宝菜等の汁物で、センターで卵を調理する場合の除去食
- (2)卵や乳が含まれているヨーグルトやチーズ、デザート等のセンターで調理しない場合の代替食

その他、牛乳を麦茶に変更する対応も行っています。



学校給食を 生きた教材として活用

栄養教諭による食に関する指導と学校給食の献立を関連付けることで、教材としてより効果的な活用を図っています。

また、給食を通して、様々な食文化を学ぶ献立を目指しています。



給食のマナーについて

食事マナーは、みんなで楽しく食べるためにとっても大切です。
しっかり守って楽しく給食を食べましょう。



背筋をピンと伸ばして
食べるようにしましょう。



よく噛んで食べましょう。



食べているときは、話す
内容に気をつけましょう。

好き嫌いをせず、一口は
食べるようにしましょう。



食器や箸を正しく持ち
ましょう。