

1月 給食だより

平成30年1月

高岡市立牧野小学校



あけましておめでとうございます。今年も、よりおいしく、より安心・安全な給食が提供できるよう努めていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

1月24日から30日までの1週間は「全国学校給食週間」です。学校給食は、栄養バランスのよい献立でみなさんの心と体の成長を支えるほか、望ましい食習慣を身に付けるための大切な時間でもあります。改めて、学校給食について考えてみましょう。



全国学校給食週間とは



学校給食は栄養バランスのとれた食事によって、子供たちの心身の成長を支えたり、生涯にわたって健康で充実した生活を送るための自己管理能力を育てたりするなどの役割があります。

全国学校給食週間は、このような学校給食の意義や役割等について理解を深め、より一層の充実を図ることを目的として定められました。



学校給食の始まり

日本で最初に給食を始めたのは、明治22年、山形の鶴岡町の私立忠愛小学校です。家が貧しくお弁当を持ってこれない子供たちがたくさんいたので、この小学校を建てたお坊さんがおにぎりとおかずを提供したのが学校給食の始まりです。

学校給食ができるまで

給食がみなさんのもとに届くまでを見てください



1 献立作成・発注
季節の食材や地場産物を活用した献立を作成します。



2 身支度・手洗い
清潔な身支度と、念入りな手洗いをします。



3 食材のチェック
納品量、品質、賞味期限等を確認します。



4 下処理・洗浄・切る
野菜を洗ったり皮をむいたり、きったりします。



5 調理
きちんと温度管理をして調理します。



6 配缶
クラスごとの食缶に適量を量って入れます。



7 検食
校長先生等の責任者が安全性や味を確認します。



8 配ぜん
給食当番が盛り付けをして配ります。



全国学校給食週間に合わせ、特別献立を実施します。

「スポーツの祭典オリンピックを食でたのしもう！」

～給食を通してスポーツに大切な栄養を学ぼう～

24日(水) 前回のオリンピック
ブラジル リオデジャネイロオリンピック

25日(木) もうすぐ開催
韓国 平昌オリンピック

26日(金) 瞬発力・筋力をつけよう

29日(月) おもてなし 日本
東京オリンピック

30日(火) 持久力を付けよう



お家でも作って食べよう！今月の給食レシピ（24日の献立より）

「ムケツカ」

ブラジルの魚介郷土料理です。



【材料（4人分）】

ベーコン40g、玉ねぎ120g、むきえび40g、白ワイン少々
じゃがいも40g、ホールトマト缶60g、トマトピューレ20g、水320cc
ガラスープ60g、牛乳80cc、生クリーム12g、上新粉8g、塩・胡椒少々

【作り方】

- ① むきえびは茹でて、白ワインをふる。
- ② ベーコンをから炒りし、小さ目の角切りの玉ねぎとじゃがいもをよく炒める。
- ③ 水・ガラスープ・トマト・調味料を加えて煮る。
- ④ ①と牛乳・生クリームを入れ味を調える。
- ⑤ 上新粉を加えてとろみを付ける。