

4月二戸食だより

二戸市学校給食センター
給食だより

◆～毎月19日(食育の日)から1週間は、「二戸食週間」、
毎月25日は「二戸食の日」です～



色とりどりの花が咲きほこる中、元気いっぱいの新入生を迎え、新年度の学校生活が始まりました。希望を胸にうきうきわくわくする反面、環境が変わるこの季節は緊張や不安から体調をくずしやすくなる時でもあります。睡眠をしっかりと、朝食を食べて登校するようにしましょう。

学校給食について



学校給食は、ただ単に「学校で食べる昼食」ということだけでなく、教育活動の一環として位置付けられており、栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子どもたちの心身の健康を増進し、体位の向上を図ることや、食に関する指導の生きた教材となるように、考えて作られています。

学校給食の目標!

「学校給食法」第二条より



適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



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。



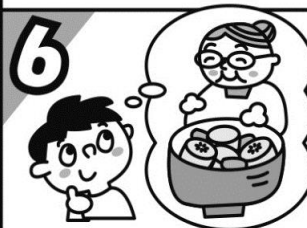
学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。



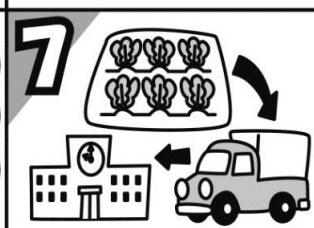
食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



食生活が食に関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。



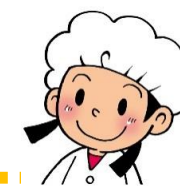
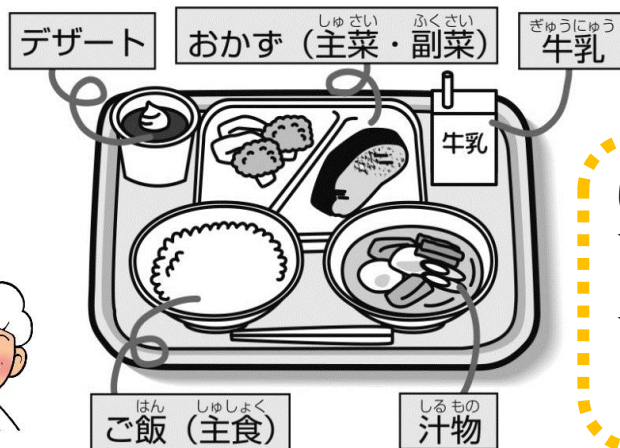
わが国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。



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。

配膳の仕方でおいしさアップ!

おいしく食べるためには、盛り付け方や食器の置き方なども大切です。給食当番はみんなの給食をおいしくする最後の“料理人”です!上手に配膳して、おいしく楽しくいただきます。



いただきますをする前に確認!
★ご飯などの主食は左側、汁物は右側に置きます。
★奥におかず(主菜は皿の右側、副菜は皿の左側)に置きます。



※献立内容によって食器の種類や数が変わることがありますので、学級指導資料を参考に置く位置を確認しましょう。

【ご飯の盛り付けポイント】

- *ご飯は、しゃもじで切るようにして混ぜてほぐしてから盛り付けます。
- *ご飯粒が茶碗のまわりに付かないよう、しゃもじにのせるご飯の量を調節します。

【汁物の盛り付けポイント】

- *具と汁がまんべんなく行きわたるよう、おたまで混ぜてから盛り付けます。
- *盛り付けるときや、相手に渡すときなど、こぼれないようお椀を水平に持つといいですね。

【おかずの盛り付けポイント】

- *給食では主菜はおもにトングで盛り付けます。上手にはさんで、見た目がおいしく見えるように、魚の裏表などにも気をつけて盛り付けましょう。

おうちでも盛り付けを手伝ってみよう!

クラスの人気者を盛り付けるにはコツがいります。特に小学校1年生は慣れるまでは大変ですが、自分たちで盛り付けた給食は、よりいっそうおいしく感じられることと思います。ぜひ、おうちでも、家族の分の盛り付けを手伝ってみましょう。しゃもじの使い方や、汁がこぼれないようお椀を水平に持つことなど、家庭の食事の中で身につけていきましょう。

～お知らせ～ 平成30年3月7日(水)に提供した調理済み給食の放射能濃度を測定した結果、不検出となり安全が確認されました。また、過去の検査結果につきましても、二戸市ホームページに掲載されておりますので、ご覧ください。