

# 給食だより 4月

新座市立野火止小学校  
校長 丹代 円  
栄養士 西川 聰子

新年度が始まりました。今年度も安全・安心でおいしい給食のために、給食室一同頑張ります。給食へのご理解、ご協力を願っています。

## 学校給食から学ぶ7つのこと

学校給食および食育については「学校給食法」という法律で定められています。学校給食法では7つの目標が定められており、この目標を達成できるような給食や食育を実施しています。7つの目標について、簡単に以下に示しました。(実際の文面はもっと長いのですが、抜粋しています)

- ① 健康の保持、増進
- ② 望ましい食習慣
- ③ 社交性や協同の精神
- ④ 生命や自然を尊重
- ⑤ 勤労を重んずる態度
- ⑥ 伝統的な食文化
- ⑦ 食料生産、流通、消費



献立作成にチャレンジ(6年家庭科)



地元農家さん 収穫体験



栄養バランスの良い給食



世界の料理(フランス)



郷土料理や行事食



毎日発行のおたより



給食食材の展示(職員室前)



## 野火止小学校の給食室について



手作りごはん

野火止小学校の児童・教職員合わせて約600人分の給食は、約10名の調理員さんで作っています。新座市の学校給食は加工品を極力使用せず、手作り中心です。また、顆粒だしは使用せず、削り節や鶏がら、昆布などでだしを取りっているのが特長です。そのため手間がかかりますが、調理員さんたちは日々愛情いっぱいに子供たちのことを考えながら、丁寧に仕事をしてくれています。



## 給食がはじまります

今年度は2年生～6年生は10日(木)から、1年生は15日(火)から給食がはじまります。  
給食でみなさんに心かけてほしいことです。

### 給食当番は、給食着とマスクをきちんと身につけましょう。

クラスのみんなが食べるものを扱うので、衛生に気をつけて給食当番の仕事をしましょう。



### よく手を洗いましょう。

よごれたままの手で食べ物を扱わないようにならぬよう。手洗いは、かぜや食中毒を防ぐために大切です。



### あいさつをしっかりしましょう。

感謝の気持ちをこめ、「いただきます」「ごちそうさまでした」と、あいさつをしましょう。



### 苦手なものも、ひと口はチャレンジしてみましょう。

もしかしたら、新しいおいしさに出会えるかもしれませんよ。



### 片付けのルールを守りましょう。

調理員さんが気持ちよく後片づけができるよう、食器や食べ残しはルールを守ってきちんと返しましょう。



### 作ってみませんか? ~キムチチャーハン~

児童に人気のメニューです。ぜひご家庭でも作ってみて下さい。

#### 【材料(5人分)】※中学年量

米	350 g
ごま油	5 g
豚バラ肉	80 g…短冊
キムチ	130 g
にら	25 g…2cm
しょうゆ	5 g
塩	少々
鶏卵	100 g
油	5 g

#### 【作り方】

- ①米を洗い、炊飯する
- ②フライパンにごま油を熱し、豚肉を炒める。火が通ったら、キムチとニラを加え、調味する。具はいったん取り出しておく。
- ③フライパンに油を熱し、いり卵を作る。
- ④③にご飯を加え、具を入れ炒める。