

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 聡子

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を目指し、給食室一同がんばります。給食へのご理解、ご協力をお願いいたします。



ここがすごい！新座市の学校給食



©新座市2010

1 手作り中心

加工食品は極力使用しません。ハンバーグやぎょうざなどのおかず類だけでなく、ゼリーやケーキなどのデザート類も手作りしています。カレーも市販のインスタントルーは使用せず、ルーから手作りしています。



ジャンボぎょうざ



みかんゼリー

2 天然のだしを使用

だしは、鶏がら、豚骨、煮干し、削り節、昆布で取ります。顆粒だしは使用しません。



鶏がら・豚骨



煮干し



削り節



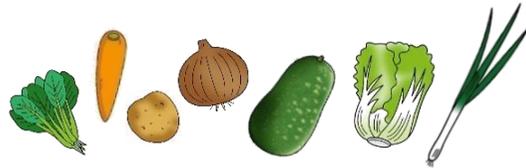
昆布

3 国産の食材を使用

たけのこやコーン、くだものなど外国産の方が安い食材も多いですが、給食では国産を使用します。

4 地場産の農産物が豊富

地域の農家さんが協力して下さり、新鮮でおいしい農産物を給食で使うことができます。



5 豆、小魚、海藻を積極的に使用

不足しがちなこれらの食材をごはん、和え物、汁物、その他色々な料理に積極的に使用しています。

野火止小学校の給食室について

イラストも得意です。今回、調理員全員に似せて描きました！

野火止小学校の児童・教職員合わせておよそ610人分の給食は、10名の調理員さんで調理しています。日々、愛情いっぱいにご飯の事を考えながら、丁寧に仕事をしてくれています。今年度も、よろしくお願いします。



給食がはじまります

今年度は2年生～6年生は11日(木)から、1年生は16日(火)から給食がはじまります。給食でみなさんに心が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しましょう。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よう。

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。



片づけもきちんとしましょう。

調理員さんが気持ちよく後片づけが出来るよう、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？～鱈の西京みそがけ～

魚へんに春と書いて、「さわら」と読みます。鱈の旬は冬～春ですが、春に漁獲量が多いことから、春を告げる祝い魚として昔から重宝されてきました。

【材料 5人分】

鱈の切身 5切
酒 適量
でん粉 適量
揚げ油 適量

みりん 8g
砂糖 8g
西京みそ 25g
しょうゆ 1g
水 少々

【作り方】

- ①鱈に酒をまぶす。
- ②でん粉をつけ、揚げる。
- ③カッコ内の材料を火にかけ、みそだれを作る。
- ④揚げた鱈に、③をかける。

