

4月給食だより



阪南市の学校給食アレコレ

阪南市のゆるキャラ
はなてい



学校給食の献立は、主食（ごはん・パン）とおかず2～4品と牛乳です。
行事食や郷土料理、季節感のある献立となっています。

ごはん 週3回（月・水・金）

低学年 70g、中学年 80g、高学年 90gのお米を炊いています。

お米は平成30年度岩手県産の“ひとめぼれ”です。
西田製パン所さんで炊いて、各小学校へ配送されます。



ぬくぬくのごはんを食べてもらえるように、保温食缶に入っています。

パン 週2回（火・木）



無漂白小麦粉を使っています。

ショートニング、砂糖、塩、イーストなどを入れて焼き上げます。

甘みをおさえた素朴な味で、当日の朝焼いているので、香り良くふわふわです。

うずまきパン、黒糖パン、ハイジの白パンなど色々なパンがあります。

減量パンは、小麦粉の量を減らした少し小さめのパンです。

おかず

おかずの量は、低、中、高学年の3段階に分かれています。



1個付けのハンバーグや魚の切り身などは、どの学年も同じ大きさです。

できるだけ温かく、また出来たてを食べてもらうよう工夫しています。

牛乳 毎日1本（200ml）



成長期みなさんに必要なカルシウムやたんぱく質をとることができます。

ご家庭でも毎日もう一本飲むといいですね。

食器

阪南市をイメージした、オリジナルの海・山シリーズの絵柄です。
ペット樹脂製の軽くて割れにくい食器4種類（ごはん椀、汁椀、パン皿、中皿）です。その他トレイとお箸があります。



◆食事のマナーは大事だよ

みんなが楽しく、落ち着いて、気持ちよく給食を食べられるよう、自分の食事マナーを振り返ろう。



阪南市の給食で
知ってほしいことが
他にもたくさん！



◆食べ物の知識がひろがるよ

“学校給食だより”には食べ物のお話がいっぱい！
毎月読んで、食べもの博士を目指してね！

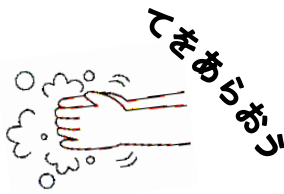


◆給食当番の仕事も大事だよ

エプロン、ぼうし、マスクをつけて手をきれいに洗ったら、給食当番さんの出番！

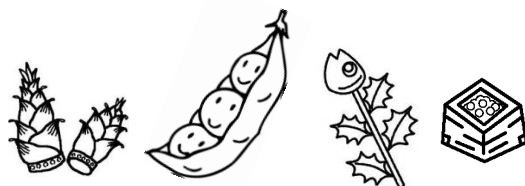
おかずの入った食缶を運び、食器におかずを盛りつけよう。

みんなで協力すると、いいですね！



◆給食から季節や日本の行事がわかるよ

春にはたけのこ、えんどう豆、2月の節分にはいわし、節分豆、など、旬の食べ物や行事食がたくさんあるので、お楽しみに！



◆安心して食べられるよ

新鮮で、できるだけ食品添加物が入っていない食品を使い、衛生的に安全に作っているよ。
給食には、愛情がいっぱい！

