

給食だより 4月

令和7年4月7日

港区立青山中学校

校長 佐々木希久子

栄養士 森 祐子

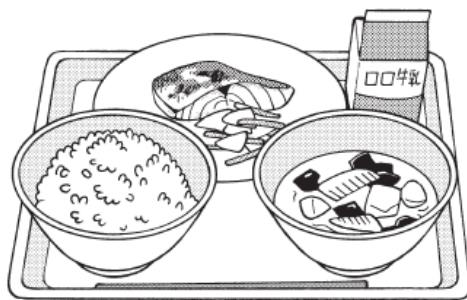


ご入学・ご進級おめでとうございます。新学期の給食は、4月9日（水）から始まります。楽しい学校生活を送るためには、健康が第一です。給食はもちろんのこと、朝食、昼食、夕食をきちんととることが、基本です。給食室では、より一層、安心・安全でおいしい給食を心がけます。今年度の給食は、献立作成や食材の発注は、昨年から引き続き、栄養指導員の森祐子が担当します。調理委託業者も昨年と変わらず、（株）NECライブックスです。調理業務は、5人で担当します。1年間よろしくお願い致します。

学校給食の目標

- ① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
- ② 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、望ましい食習慣を養うこと。
- ③ 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。
- ④ 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。
- ⑤ 食生活が食にかか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。
- ⑥ 我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。
- ⑦ 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。

おいしい 学校給食 学べる



適切な栄養量がとれます！

学校給食は、「学校給食摂取基準」（文部科学省）に基づき、望ましい栄養量を算出して、献立を立てています。具体的には、カルシウムなどの、家庭での食事で不足しがちな栄養素を、可能な範囲で、学校給食で補うなどの工夫がされています。

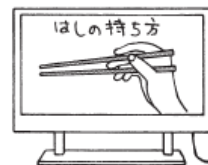
4月 こんだて表



教材です！

給食の時間では、準備から片づけまでの活動を通して、正しい手洗いやはしの使い方などの望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけることができます。

また、授業の導入やふり返りで、献立や食品などが使われていて、教材にもなっています。



4月の行事食・郷土料理



10日(木) 入学お祝い献立

入学・進級のお祝いの気持ちをこめて、春らしい彩りを意識した献立です。お祝いすまし汁には、『祝』の文字が入ったかまぼこが入っています。

16日(水) 郷土料理：埼玉県

埼玉県の郷土料理のかて飯、ゼリーフライを作ります。かて飯は、秩父市、ゼリーフライは、行田市の郷土料理です。

21日(月) 世界の料理：韓国

チャプチェは、野菜、肉、春雨を炒めた韓国の家庭料理です。韓国では、おかずとしてだけでなく、どんぶりにして、ご飯と一緒に食べることもあるそうです。