

給食だより 4月

令和8年4月6日
港区立青山中学校
校長 佐々木希久子
栄養士 森 祐子

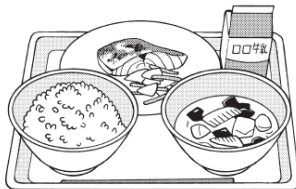


ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度の給食は、4月8日（水）から始まります。楽しい学校生活を送るためには、健康が第一です。給食はもちろんのこと、朝食、昼食、夕食をきちんととることが基本です。給食室では、おいしさはもちろんのこと、より一層、安心・安全な給食を心がけます。今年度の給食は、献立作成や食材の発注は、昨年から引き続き、栄養指導員の森祐子が担当します。調理委託業者も昨年と変わらず、（株）NECライベックスです。調理業務は、5人で担当します。今年度もよろしくお願ひします。

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 学べる 学校給食



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。



【献立表をパワーアップ しました！】

今年度より、献立表の形式を変更しました。料理ごとに、使用している食材を表記して、より分かりやすくしました。

4月の行事食・郷土料理

9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。

13日(月) 和食の日

和食の日の献立は、「一汁三菜」をそろえた給食を作ります。ユネスコの世界無形文化遺産にも登録された和食は、主食のご飯に、汁物、主菜のおかず三種が基本の日本の伝統的な食文化です。

15日(水) 世界の料理の日：タイ

タイは、年間気温が29℃と高いため、唐辛子などの香辛料を辛い料理が特徴です。もちろん給食では、辛さは抑えて食べやすくしてあります。

20日(月) 郷土料理の日：愛知県

愛知県の郷土料理の味噌カツは、名古屋を中心に食べられています。八丁味噌を使うのが特徴です。名古屋には、味噌カツのほかに、味噌煮込みうどんや味噌おでんもあります。