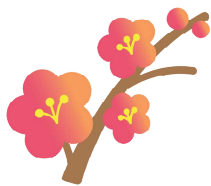


食育だより 3月号

令和6年3月11日
大村市学校給食センター

大村市 学校給食センター 食育



厳しい寒さもゆるみ始め、日に日に春の訪れを感じられる季節となりました。3月は1年間のまとめの月です。給食センターでは、子どもたちの心身の成長のために、様々な工夫を取り入れて献立作成や調理をしています。献立は栄養摂取基準を満たすだけでなく、いろいろな食育の視点も考慮しています。その一部を紹介します。

～1年間の給食を振り返って～

大村の食材給食

大村湾でとれたコウイカを使って給食メニューを考えました。

小学校「イカのかりん揚げ」

中学校「大村産いかの味噌マヨネーズ焼き」



長崎県の郷土料理(小学校)

- ・佐世保バーガー(佐世保市)
- ・そうめん汁(南島原市)
- ・アジフライ(松浦町)
- ・くりつぼ(川棚市)
- ・ぬっぺ、はなはじき(諫早市) など



カミカミメニュー

- ・大豆といりこの揚げ煮
- ・ナッツごぼう
- ・茎わかめのきんぴら
- ・カリポリアーモンド
- ・カミカミ佃煮 など



毎月かむことを意識して、「カミカミメニュー」を実施しました。

世界の料理(中学校)

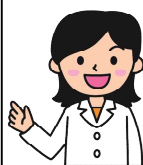
- ・キーマカレー(インド)
- ・パエリア(スペイン)
- ・フェジョアータ(ブラジル)
- ・タラのチリソース(中国) など
- ・ヤンニョムチキン(韓国)



栄養教諭による食育指導を行いました

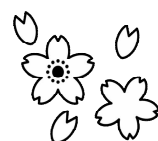
年間を通して、全クラスに給食時間を利用して食に関する指導を行いました。

- 小1「食事のマナーについて知ろう」
- 小2「牛乳のひみつを知ろう」
- 小3「正しい箸の持ち方を知ろう」
- 小4「じょうぶな骨をつくろう」
- 小5「米について知ろう」
- 小6「地産地消(郷土料理)について知ろう」
- 中1「中学生に必要な量を知ろう」
- 中2「カルシウム・鉄をしっかりとろう」
- 中3「生活習慣病を予防する食事をしよう」



給食時間中に、上記内容での指導と、食事のマナーなどの確認を行いました。

ご卒業おめでとうございます



毎日を生き生きと過ごすためには、健康な体をつくるのが基本です。給食の時間や授業で学んだことを生かし、

『食べたもので体がつくられていく』ことを意識して、よりよい食生活を送ってくれることを願っています。



卒業のお祝いとして「赤飯」を実施します。

来年度も給食センター職員一同、安全安心でおいしい給食を作っていきます。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。