

# 食育だより

令和5年 4月 19日(水)  
鹿町江迎学校給食センター  
栄養教諭 石田 美穂

ご進級、ご入学おめでとうございます。

新1年生の給食が始まり、今年度の給食も本格的にスタートしました。新型コロナウイルスによる制限が緩和され、少しずつ以前の生活に戻りつつあります。子どもたちが食べ物について学べて、楽しめるような給食作りに努めていきたいと思っています。

給食や食に関する情報を提供していくために、給食センターより食育だよりを発信していきます。子どもたちに食べ物への関心を持たせると同時に、お家の方に学校給食や食育について、ご理解していただけたらと思いますので、どうぞ親子でご覧になってください。

## ～鹿町江迎学校給食センターについて～

鹿町江迎学校給食センターでは、鹿町小学校・歌浦小学校・江迎小学校・猪調小学校・鹿町中学校・江迎中学校の計6校分(約800食)の給食を作っています。



## ～学校給食について～

佐世保市では『安全で栄養バランスのとれたおいしい給食』であることに重点を置き、食に関する指導の「生きた教材」として活用しながら学校給食の充実に努めています。鹿町江迎給食センターでは、佐世保市Cブロック地区と合同で給食献立の原案を考えています。

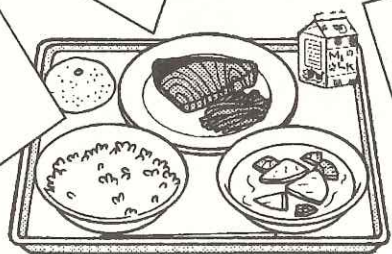
### 米・パン (県北産産物配送)

ごはんは週3回(月・水・金)です。江迎町産の米を使っています。月に約2回は麦ごはん、月に数回は変わりごはんが登場します。

パンは週2回(火・木)です。「コッパン」や「食パン」の他に「黒砂糖パン」や「パインパン」長崎県産の米粉を使った「米粉パン」やみかんを使った「みかんパン」も登場します。

### おかず

野菜や果物などの食材は、できる限り江迎町内にとれたものを使用するようにしています。旬のものや地元の食材が年間を通して給食に登場します。



### 牛乳

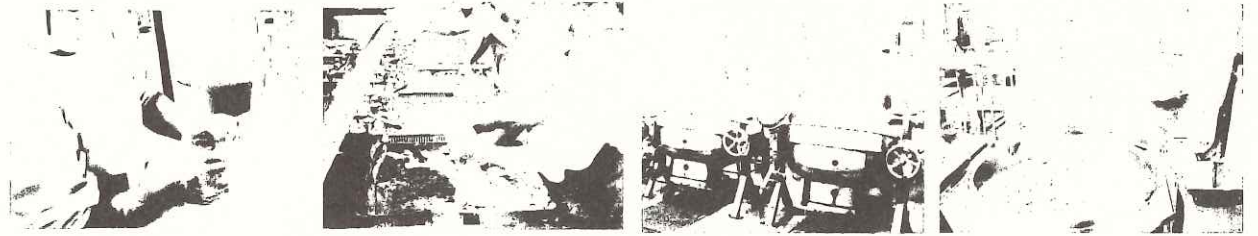
(ミラクル乳業より配送)

200mlの紙パックに入っており、毎日1人1本ずつつきます。佐世保市産の牛乳です。牛乳には発育期の子どもたちに必要なたんぱく質、脂質、カルシウム、ビタミンA、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンB<sub>2</sub>がバランスよく含まれています。和食の日にも牛乳?と思うかもしれませんが、栄養面を考慮しての組み合わせです。

## 給食センターでは、衛生に気を付けて給食を作っています

給食センターでは、学校給食の衛生管理マニュアルに従い、毎日の作業を行っています。決まりを守って食べれば楽しい給食ですが、食中毒やアレルギー、喉に詰まらせたりするなど、食べ物で命を危険にさらすこともあります。長崎県産の魚の切り身を使うことも多いので、小骨がのどに刺さらないように、子どもたちには食べ物の特徴を理解させ、上手に骨を取り除いたり、よく噛んだりして、安全に食べることを指導していきたいと思っています。

子どもたちの健康のために、ご家庭でも、衛生的についてや、決まりを守って安全に食べることを指導していただければと思います。



## 給食当番の日は、ご家庭でも体調の確認をお願いします

食中毒や感染症予防のため、給食当番は給食前にも健康チェックを行っています。腹痛や発熱などの体調不良の時には給食当番を交代していますので、朝、お子さまの体調が良くない、食欲がない等ご心配な場合は、学校へ連絡していただくようお願いいたします。あわせて清潔なハンカチ・マスクを持っているか、爪が伸びていないかも確認していただけると助かります。



## 献立表をご活用ください

献立表には、料理名だけでなく、給食に使われている食品やエネルギー量などが書かれています。

献立表を見ながら、使われている食品や、地域の郷土料理、行事食などの食にまつわるお話を、お子様と一緒にしていただけたらと思います。

