

給食だより

令和8年度 4月号
氷見市学校給食センター

◇毎月19日は、「食育の日」です。家族で食生活について考えてみましょう。
新年度が始まりました。学校給食は、子どもたちが栄養バランスのとれた食事を先生やクラスの仲間と一緒に食べながら、心のふれあいのなかで健やかな成長を願い、さらに大切な食文化、望ましい食習慣やマナー、社交性や助け合い、自然の恵みや働く人への感謝の気持ちを育むことをその目標にしています。本年度も安全でおいしい給食を目指していきますので、ご理解とご協力のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

◆◆氷見市学校給食センターの給食について◆◆

主食

ごはん 週4回(月・火・水・金)
米は氷見産の富山米「富富富」を給食センターで炊飯します。また、季節や行事にちなんで、混ぜご飯やピラフ等も取り入れています。



パン 週1回(木)

無漂白の小麦粉を使用しています。コッペパン、はちみつ入りコッペパン、米粉入りパン等が出ます。年1回は、揚げパンの実施を予定しています。



牛乳



成長期の児童生徒に必要なたんぱく質やカルシウムがたくさん含まれています。そのため、毎日1本(200ml)ついています。



学校給食は「生きた教材」です

主菜・副菜・汁物

煮物、焼き物、揚げ物、蒸し物、和え物、炒め物、汁物とバラエティに富んだ料理を心がけています。家庭では摂取しにくい食品(魚介類、豆類、海そう類、種実類など)や不足しがちな栄養素を多くとれるよう、工夫しています。また、毎月13日前後を「ひみの日」として、地元でとれた食材を使った献立を実施しています。

給食時間の約束



献立表確認のお願い 給食で初めて食べる食材はありますか？

食物アレルギーは、乳児が最も多く、年齢が上がるると共に減少します。しかし、中には学童期以降にアレルギー症状があらわれる場合もあります。(甲殻類、果物、魚類等) 給食で初めて食べる食材がある場合は、体調のよい時に、まずは家庭で食べることをおすすめします。

今月の「味めぐり」

今年度も、毎月の献立に日本各地の郷土料理や特産物を取り入れ、「日本味めぐり」として紹介し、食文化への理解を深めていきます。



4月「栃木県」

栃木県は北関東にある県で、日光東照宮などの世界遺産で有名です。特に宇都宮市はぎょうざのまちとも言われています。給食では、「ぎょうざ」や生産量日本一の「かんぴょう」を使ったナムル、とちおとめで知られる「いちご」のゼリーが登場します。

