

# 4月給食だより

広陵町・香芝市共同  
中学校給食センター  
スマイル  
2024年4月号

ご入学・ご進級おめでとうございます。新年度がはじまりました。中学校の3年間は、心と身体が大きく成長する、特に大切な時期です。みなさんの健康を支えてくれるのは、毎日の食事です。給食だよりでは、みなさんやご家庭にお伝えしたい「食」に関する情報を発信していきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

## ～広陵町・香芝市共同中学校給食の紹介～



広陵町と香芝市の中学校給食は、「広陵町・香芝市共同中学校給食センター”スマイル”」で調理、配送しています。広陵町2校、香芝市4校、合わせて約3,500食分を調理しています。調理・配送・配膳員を合わせて約60名の方が働いています。

### 主食

・ごはん…月・火・木・金曜日（週4回）

給食センターには、県内でも珍しい連続炊飯機があり、炊きたての白ごはん、わかめごはん、混ぜごはんなどを提供します。米は、奈良県産のヒノヒカリ一等米を100%使用し、不足しがちなビタミンB<sub>1</sub>を強化しています。

・パン…水曜日（週1回）

規格パンと米粉パンを中心に提供します。地産地消の観点から、奈良県産の小麦を10%使用しています。また、奈良県産の米粉を使った米粉パンも、もちもちとした食感でとても人気があります。



### 牛乳

毎日1本（200ml）付きます。普段の食事で不足しがちなカルシウムがたくさん含まれています。

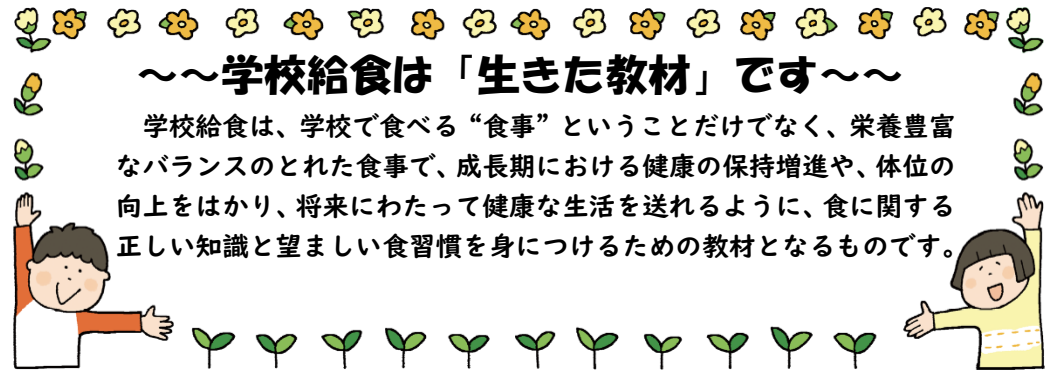


### おかずについて



主食（ごはんまたはパン）に合わせて、煮物、炒め物、揚げ物、蒸し物、焼き物、汁物、和え物等、いろいろな調理法を取り入れています。

生徒に人気のメニューばかりでなく、いろいろな食体験ができるよう、郷土料理や地場産物を使用した献立も取り入れています。食材の切り方や大きさ、味付け、組み合わせ等、食べやすいよう、工夫を行っています。



## ～学校給食は「生きた教材」です～

学校給食は、学校で食べる“食事”ということだけでなく、栄養豊富なバランスのとれた食事、成長期における健康の保持増進や、体位の向上をはかり、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となるものです。



令和6年度の食育の日は「日本全国味めぐり」をテーマに実施します。

今月の食育の日は4月19日「奈良県」

ごはん 牛乳 手作りトンカツ にゅうめん 小松菜のおかか和え



食育の日のトンカツは調理員さんが手作業で衣をつけ、揚げてくれる予定です。使用している豚肉は奈良県産を使用予定です。にゅうめんは奈良県の郷土料理です。にゅうめんに使用しているそうめんは奈良県が発祥とされています。小松菜は奈良県産のものを使用予定です。

今年度の食育の日の献立は、「日本全国味めぐり」をテーマに日本各地の特産品や郷土料理、ご当地グルメなどを献立に取り入れていきます。毎月どの地域の料理が出るか楽しみにしてくださいね！各地の風土や食材などに興味をもって、給食を食べてください！

### 奈良県産食材（4月使用分）

米 パン 小松菜 青ねぎ こんにゃく 豚肉（ロース） ふしそうめん

### 通信欄

○食物アレルギーの対応を希望される方は、学校へお問い合わせください。

○広陵町・香芝市共同中学校給食センター使用給食食材の産地と原材料・アレルギー情報を、香芝市教育委員会保健給食課のホームページに掲載しています。