

4月給食だより

香芝市 小学校
 うちのひとと読みましょう。



ご入学・ご進級 おめでとうございます!

あたたかな春の日差しに包まれて、新しい学年での生活が始まります。元気に学校生活を送れるように、一日3回の食事と、休養・睡眠をとる習慣をつけましょう。



香芝市の学校給食

どんな? 和食が中心です。食べ物本来の味を活かせるように、うす味に仕上げ、手作りを心がけています。だしは、かつお節、昆布、煮干しなどからとっています。

だれが? 献立は、市内10校で同じです。栄養教諭が中心となって考えています。栄養バランスはもちろん、さまざまな食材や料理を取り入れ、食経験が広がるよう献立の工夫をしています。おいしく安全に作るのには、給食室の調理員です。心をこめて作っています。

どこで? 各小学校の給食室で作っています。その日の食材がその日の朝に給食室へ届けられ、調理がはじまります。給食時間までに、安全においしく仕上げます。

ごはん・パン

米は奈良県産「ヒノヒカリ」にビタミンB₁強化米を混合したものを使用します。ごはんのほかに、わかめごはんや炊き込みごはんなどができます。ごはんは、給食室で炊き、パンはパン屋さんが焼いて運んでくれます。

牛乳

毎日一パック(200mL)つきます。プラスチック削減を目指し、ストローはありません。牛乳には、成長期に欠かせないカルシウムやたんぱく質が入っています。

おかず

おかずは、炒める・揚げる・煮る・蒸すなど、調理方法が偏らないように配慮し、和食を中心として、行事食や郷土料理などを取り入れています。食材は、旬の食材や地場産物(奈良県産、香芝市産)を積極的に使用します。また、添加物やアレルギーの少ない商品を選んでいきます。



ご家庭へのお知らせとお願い



学校給食の栄養

学校給食は、一日3回の食事のうちの大切な1回です。栄養摂取量は一日の1/3より多くとれるように考えています。特に成長期の子どもたちに必要なカルシウムやたんぱく質に配慮しています。

献立表

毎月献立表と給食だよりをご家庭へ配布します。献立表を目につくところに貼り、食べるものの確認をしたり、お子さまとの会話の糸口にしたりして、ご活用ください。おたよりでは、食に関する情報を発信します。

食物アレルギー対応

お子さまの食物アレルギーでご心配なことがありましたら、担任までご連絡ください。学校でのアレルギー対応には、医師の診断による「学校生活管理指導表(香芝市様式)」の提出が必要です。

食材情報

香芝市教育委員会保健給食課のホームページに食材の産地や原材料、アレルギー情報を公開しています。ぜひご活用ください。



給食費について

給食費は、食材費のみに使われています。昨今の大幅な食材費の高騰により、給食の質が低下しないように、令和6年度には徴収額はそのまま、月額400円を上乗せした額で、給食を運営してきました。昨年度2月にお知らせした通り、令和7年度からは給食費を改訂します。当面の間は従来の徴収額で、月額1000円分を市で負担します。アンケートのご協力ありがとうございました。

毎月19日は食育の日

食育の日には「日本の味めぐり」として日本の郷土料理を紹介します。今月は大阪府の郷土料理です。



- 4月18日の給食
- ・かやくごはん
 - ・牛乳
 - ・おこのみやき
 - ・こまつなどおあげの にびたし
 - ・にくすい

大阪府は、16世紀の終わりに豊臣秀吉が天下統一を果たした場所です。昔、輸送手段が船だったころ、海に面しているうえに、水路が豊富な大阪は物流の中心となり、商都として急速に発展しました。各地の食材が集まる大阪はいつしか「天下の台所」とよばれるようになりました。食材を大切に無駄を出さず、極力捨てることをしない「始末の精神」と、食への情熱によって「食い倒れのまち」といわれるほど豊かな食文化が育まれていきました。だしを大切にし、汁物はもちろん、たこ焼きやお好み焼きなどの「粉もん」にもだしが入ります。昆布をメインに、かつお節を組み合わせただしが好まれます。



《奈良県で収穫されたものや加工品》
 米、赤もち米、白みそ、ソテーオニオン、ふしそめん