



ご入学・ご進級おめでとうございます！！

新学期を迎え、それぞれ希望を胸に膨らませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度、どんな目標を考えましたか？目標を達成するためにも、心や体が健康であることが大切です。健康に過ごせるよう、栄養バランスのとれた食事を心掛けてください。

～＊～清原中学校の給食紹介～＊～

1 給食の内容

給食回数…年間195回
お弁当の日…年3回 実施
(詳細は決まり次第お知らせします)
給食費…1か月5,500円(1食310円)
給食内容⇒米飯週4回・パン週1回
※米飯給食は自校炊飯で宇都宮市産コシヒカリ米を、パンの小麦粉も100%宇都宮市産を使用しています。

2 安全でおいしい手作り給食

- ・良質で安全な食品を選定して使っています。(清原産・宇都宮市産・県産・国産と積極的に取り入れています。)
- ・だしは、天然のだし(かつお節等)でとっています。
- ・毎月、使用食材の放射能検査を実施し安全確認をしています。
- ・市のマニュアルに沿った食物アレルギー対応を実施しています。

4 いろいろな食品を幅広く使用

- ・旬の野菜や果物、地場産物をできるだけ取り入れるようにしています。
- ・嗜好が偏らないように、いろいろな食品を取り入れるとともに、必要な栄養素や食品の組み合わせを考えて、栄養バランスのとれた食事内容に配慮しています。
- ・デザートには季節の果物やゼリーなどを提供します。



3 食文化の継承

- ・日本に古くから伝わる料理や行事食などを取り入れています。(宮っ子ランチ・こどもの日・土用丑の日・十五夜・お正月・節分など)
- ・清原地域学校園では『県民の日給食』や『鬼怒の船頭鍋』を献立に取入れ、給食週間ではテーマを決めて、それに沿った給食を提供しています。
- ・箸の持ち方や食器の並べ方、食事の姿勢などの食事マナーも給食を通して育んでいきます。

◆◆◆調理スタッフの紹介◆◆◆

清原中学校の給食は、委託業者の調理員の方々が安心して安全な給食を食べてもらおうと、12名のスタッフで毎日の給食を作っています。その調理スタッフの方々を紹介します。

委託業者 『株式会社 メフォス』

《調理員さんの紹介》

チーフ：羽石さん サブチーフ：阿久津さん

町井さん・高橋さん・稲葉さん・小林さん・赤松さん

野澤さん・黒川さん・小川さん・小塩さん

スタッフ一同、安心して安全なおいしい給食づくりに心掛けていきます。どうぞよろしくお願いいたします。



◆◆◆清原中における食育の取組◆◆◆

宇都宮市における食育は、心身ともに健康で安全な生活を送るための資質・能力を備え、自ら考え行動できるたくましい宮っ子を育成するため、文部科学省が示す「食に関する指導の目標」や「食育の視点」を踏まえながら、食育を推進しています。その実現に向けて今年度も清原中においてさまざまな食育を展開していく予定です！！