元気もりもり

4月

宇都宮市立中央小学校

～中央小の給食についてお知らせします～

今年の4月より栄養士を担当させていただきます。鈴木真知子と申します。

バランスのとれた，おいしい給食をお届けして参ります。

どうぞよろしくお願いいたします。

◎給食指導目標

◆正しい食事のあり方を体得させ，食事を通して好ましい人間関係の育成を図ります。

◇ 食事にふさわしい環境を整え，食事のマナーを身に付けながら，ゆとりある落ち着いた雰囲気で食事ができる。

◇ 身支度や手洗いをきちんとして，協力して安全に運搬や配膳ができる。

◇ 栄養のバランスを考えて食べること，よくかんで食べることの大切さを理解し，健康を考えて食事ができる。

◇ 食べ物の生産･流通に興味をもち，関係する人や自然の恵みに感謝の気持ちをもって食事ができる。

◆目標を達成させるため，次のようなことを実施しています。

◇ 地 産 地 消 … 地域の業者さんから仕入れた宇都宮産，栃木県産の食材や野菜を使用します。また，学校農園において野菜作りを体験し，給食で提供しています。

◇ 行事食 … 栃木県や日本の伝統文化を，食を通して体験できるようにします。
・郷土料理

◇ セレクト給食 … 自分の好みや健康を考え，２,３種類の料理から献立を選びます。

◇ 図書コラボ給食 … 図書室の本とコラボし，本に登場する料理や，本をイメージした料理を提供し，本を読むことに興味をもたせます。

◇ 衛 生 検 査 … 毎日，手洗いなど清潔に気をつけているかチェックし，反省をします。

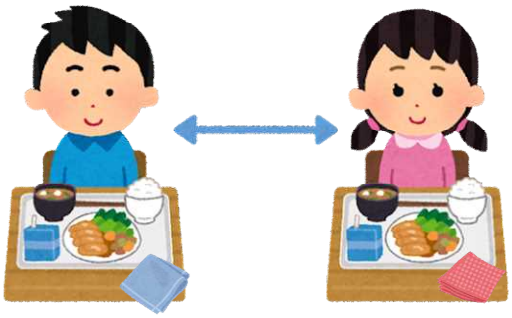
◇ お弁当の日 … 宇都宮市の小中学校では**「家庭におけるお弁当作りを学校と家庭とが連携して実施することで，食事について親子で考える機会とし，子どもたちの食への関心を高め，感謝の気持ちを育むこと」**を目的とし，『お弁当の日』を本校は２回実施します。詳しくは実施日が近くなりましたら，お知らせします。

２回ともお弁当の実施となります。お弁当を持参ください。

新型コロナウイルス感染症対策

手洗いはもちろん，給食前はアルコール消毒を行います。

全員給食も前向きで。



配膳は，間隔を空けて並びます。

せきエチケット（机の上にハンカチを置いて，せきやくしゃみなどをするときは使用します。）

給食の内容

この他に，麺類や果物・デザートなども提供しています！

・ごはん

学校でご飯を炊いています。宇都宮産コシヒカリのお米を使い，５％の麦を混ぜた麦入りご飯も提供しています。五穀ご飯やわかめご飯など，変わり飯を提供する場合もあります。

・パン

安全の確保された栃木県産小麦(無漂白)を使用しています。また，宇都宮産のお米を使用した米粉パンも提供しています。

・牛乳

栃木県産の牛乳です。骨や歯を丈夫にするカルシウムは成長期には欠かせません。お家でも，毎日コップで２杯飲む習慣があると良いですね。

・おかず

できるだけ宇都宮産や栃木県産の野菜を使用し，季節の食材を取り入れています。素材の味を活かした調理を心がけています。

食の安全と児童の健康を考えた給食に！

野菜は田崎商店さんと八百豊商店さんが，お肉や卵は渡清さんと大浦商店さんが，毎朝，新鮮な物を届けてくださいます。できるだけ栃木県産のものを探してくださっています。

その他の食材は厳しい検査を通った食品を給食会が納品してくれています。

給食の調理は『株式会社ニッコクトラスト』の，**竹淵さん・新村さん・脇島さん・栗林さん・高橋さん**の５人で行っています。手作りを心がけ，衛生面には細心の注意を払っています。温かいものは温かく，冷たいものは冷たく食べられるよう工夫しています。

◎　国や県からの指示により出荷制限された食品（野菜･果物･肉･魚･牛乳等）は，市場はもちろん直売所にも流通しないため，学校給食には使用していません。

◎　月に1回放射性物質検査を行っています。また年に１回，１週間，１食分の給食を検査しています。結果は毎月の食育だよりで報告します。

◎　ご家庭でも，お子様と献立表や食育だよりを一緒に見て，「今日の給食は、どうだった？」などと，給食の話題を出し，食事に関心をもたせるよう、工夫してみてください。家庭と学校が協力し、正しい食習慣を身に付けていければと思います。宜しくお願いします。