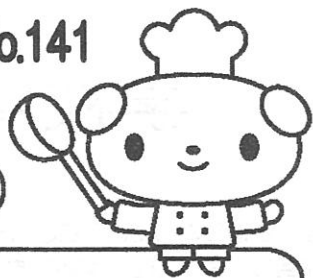




No.141



食育通信

令和8年4月 帯広市学校給食センター



日に日に暖かい日が続くようになり、春のうららかな日差しを感じられます。新年度が始まり、新たな環境の中で期待と不安が入り混じる季節です。

今年度も給食センターでは、安全・安心で体にも心にもおいしい給食づくりを、職員一同力をあわせて取り組んでまいります。

1年間、よろしくお願いいたします。



オビリーの給食豆知識

給食センターのご紹介

帯広市学校給食センターは、市内のほぼ真ん中に位置し、市内の全小中義務教育学校39校分の給食を提供しています。約100人の調理員が、小学校2コース、中学校1コースに分かれて給食づくりをしています。

また、毎月給食センターから「給食だより」と「食育通信」を配布しています。給食献立表のほか、食材の産地や行事食の紹介、給食のレシピなど、様々な情報をお知らせしています。

給食を身近に感じてもらえると嬉しいです♪



学校給食キャラクター ☆オビリー☆



～給食時間で守ってほしいこと～

学校給食は、子ども達が栄養バランスのとれた食事をクラスの仲間や先生と一緒に食べ、そのふれあいの中で心を豊かにし、体の健康を育んでいきます。みんなで楽しい給食時間になるよう、以下のことに気を付けているか、確認してみましょう。



石けんで手を洗う



給食当番が配っている間は静かに待つ



食器や食缶は大切に扱う



苦手なものも少しずつ食べてみる



よくかんで食べる



食器は手に持って食べる



口の中に食べ物を入れたまましゃべらない



帯広市学校給食センターのホームページは、帯広市ホームページ <http://www.city.obihiro.hokkaido.jp/> から、目的で探す→学校教育→学校→学校給食で、ご覧になることができます。

二次元コードから、ホームページをチェックしてね☆



給食メニューレシピ紹介

ひじき入りで
鉄分アップ

豚肉とひじきの炒め煮

<材料 4人分>

- ・豚肉 …100g
 - ・芽ひじき … 2g
 - ・つきこんにゃく … 70g
 - ・人参(干切り) … 40g
 - ・れんこん(いちょうスライス) … 40g
 - ・ちくわ(輪切り) …30g
- ④
- ・しょうゆ …大さじ1弱
 - ・みりん …大さじ1/2
 - ・日本酒 …小さじ1
 - ・三温糖 …大さじ1/2
 - ・炒め油 …適量
 - ・おろし生姜 …小さじ1/2



<作り方>

1. 鍋に油をひき、豚肉を炒める。
2. 1にひじき、れんこんを加えてさらに炒める。
3. 2にちくわ、つきこんにゃくと④の調味料を加えて煮込み、人参を入れてさらに煮込む。
4. おろし生姜を入れてさっと煮たら出来上がり。

放射性物質の測定検査

<2月14日から3月24日までの間の測定結果について>

該当食材を検査し、すべての食材から放射性セシウムは検出されませんでした。
※放射性物質検査結果はテレホンサービスでもお知らせしています。

Tel 49-1903

学校給食について

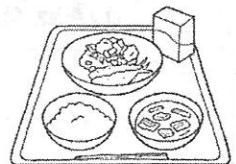
ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食は、児童生徒の健康の維持・増進、体位の向上を図り、望ましい食習慣と食に関する実践力を身につけるために重要な教材です。子どもたちの心身の健全な発達の助けとなるため、次の7つの目標を掲げています。




学校給食の目標

<p style="text-align: center;">健康を守り 成長を助ける</p> 	<p style="text-align: center;">望ましい食習慣を 身につける</p> 	<p style="text-align: center;">社会性と 協調性を育てる</p> 
<p style="text-align: center;">命や自然を 大切にする 心を養う</p> 	<p style="text-align: center;">食にかかわる 人々の働きを知り 感謝する</p> 	<p style="text-align: center;">日本や地域の 食文化を理解する</p> 
<p style="text-align: center;">食料の生産や 流通を正しく 理解する</p> 		

学校給食では「児童または生徒一回あたりの学校給食摂取基準」に基づいて、1日に必要な栄養素の1/3~1/2がとれるように献立を作成しています。また、「給食だより」は食卓での話題のひとつにしたり、朝夕の食事と重ならないようにしたりと、献立の参考にご活用ください。



献立の内容

ごはん	パン	めん
		
週3回	週1回	週1回

○おかずは煮物、焼き物、揚げ物、炒め物、蒸し物、和え物、汁物など変化をつけています。

○行事や旬の食材、季節感を考えています。

○地場産物を活用しています。