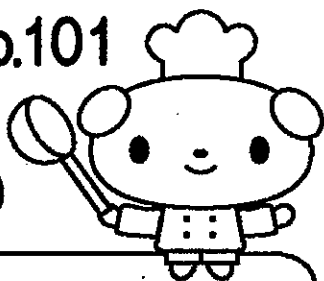


# 食育通信



令和4年4月 帯広市学校給食センター



ご入学・ご進級おめでとうございます

新年度が始まり、新たな生活に期待がふくらむ春になりました。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、職員一同で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、市内の全小中学校39校分の給食を作っています。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。

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の「オビリー」だよ★  
給食のことはなんでも聞いてね♪



## 給食の献立ができるまで



毎日食べている給食は、和・洋・中とたくさんの味を知ってもらえるように、いろいろな料理を組み合わせています。また、皆さんの成長や健康づくりのためにいろいろなことを考えて献立がつけられています。



二次元コードからホームページをチェックしてね☆

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。



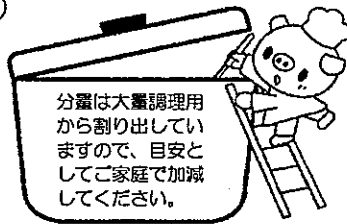
# ★定番給食メニューレシピ紹介★

魚料理を  
中華でも♪

## ひと口タラの 甘酢あんかけ

### <材料 4人分>

- ・たら …200g
- ・でん粉 …適量
- ・玉ねぎ …中1/4個(約50g)
- ・人参 …約3cm(約35g)
- ④ しょうゆ …小さじ2
- ・穀物酢 …小さじ1/2
- ・みりん …小さじ2
- ・三温糖 …小さじ2弱
- ・トマトケチャップ …大さじ1強
- ・水(煮込み用) …1/2カップ(100cc)
- ・片栗粉 …小さじ1



### <作り方>

1. たらは一口大に切り、でん粉をまぶして油(分量外)で揚げる。
2. 玉ねぎは5mm程度にスライスし、人参は千切りにする。
3. フライパンで玉ねぎと人参を炒め、Aを加えて煮込む。
4. 3に水溶き片栗粉(水は分量外)を加えてとろみをつける。
5. 皿に1のたらを盛りつけ、4のあんをかけてできあがり。



あんかけに、ピーマンやたけのこなどの野菜や、きのこ類を入れても美味しいよ！  
ぜひお家でも作ってみてくださいね♪

### 放射性物質の測定検査

<2月15日から3月23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フォ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、栄養バランスのとれた豊かな食事であることはもちろん、学校教育の一環として取組を行っています。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。

健康の保持増進 	望ましい食習慣を養う 	社交性及び協同の精神を養う 	生命及び自然への感謝 
勤労を重んずる態度を育成 	伝統的な食文化を知る 	食料の生産・流通への理解 	学校給食法より 

### 献立の内容

ごはん 週 回	パン 週 回	めん類 週 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。

### 今年度も安全・安心でおいしい給食を考えます



学校給食は、上記の学校給食の目標を満たすよう、栄養教諭が献立を考えています。栄養教諭とは栄養士または管理栄養士、教員という2つの立場で、学校給食管理と食に関する指導の業務があり、給食の内容充実を図るとともに、給食を活用し児童生徒への食育指導を行っています。一日の食事は給食の他に、家庭での食事もありますので、家庭と連携を密にし、子どもたちの健やかな成長に寄与できるよう努めてまいります。今年度もよろしくお願ひいたします。