



げんき 元気いっぱいの新1年生を迎え、本年度も学校給食が始まりました。4月は、新しい生活への期待に胸を
ふくらませる一方で、環境が変わり、疲れやストレスがたまりやすくなる時期でもあります。夜は早めに寝て、
あさ 朝ごはんをしっかり食べてから登校することが大切です。

「学校給食」は「生きた教材」です！



学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養バランスのとれた食事を提供することにより、成長期にある子どもたちの健康の保持・増進を図るとともに、望ましい食習慣と食に関する実践力を身に付けさせることなどを目的としています。単なる食事ではなく、教育の一環に位置付けられています。



給食には、たくさんの学びが詰まっています……



えいよう 栄養バランス

ふるさとの食文化

よりよい人間関係の形成

しょうじき 食事の喜び・楽しさ

せかい 世界の食文化

しよくかん 食に関する知識・理解・関心

にほん 日本伝統行事と行事食

しよくひん 食品の種類や特徴

かんしゃ 感謝の心

しよくりょう 食料の生産・流通・消費

給食当番活動を通して学ぶこと……

給食当番は交代制で、給食の準備・配膳・後片付けなどを行います。当番活動を通して、衛生への配慮や配膳の仕方を身につけるだけでなく、自分自身で考えて行動すること、責任をもって役割を果たすこと、友達と協力して仕事をするなどことを学びます。



つめの長さや身だしなみに気をつけましょう。清潔なハンカチを毎日用意しましょう。



トイレを済ませて、石けんを使って手をしっかりと洗ってから白衣に着替えましょう。



マスクは鼻と口をしっかりと覆うようにつけましょう。



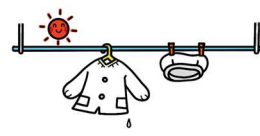
髪の毛は帽子から出しません。



当番同士でおしゃべりをせず、てきぱき盛りつけましょう。



汁物は底をよくかき混ぜながら盛りつけて、残しがないようにしましょう。



1週間の当番が終わったら、白衣を家で洗濯・アイロンがけし、忘れずに持ってきましょう。

今日の給食は何かな？

献立表の見方

からだなかはたら
体の中の働きによって、
食べ物を6つの食品群に、な
かま分けしています。

こんだてめい
献立名が書いてあります。料理
ごとにどんな食べ物が使われて
いるかがわかります。

献立名	1日分	2日分	3日分	4日分	5日分	6日分	7日分
カレー	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー	カレー
ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ	ハンバーグ
うどん	うどん	うどん	うどん	うどん	うどん	うどん	うどん
パスタ	パスタ	パスタ	パスタ	パスタ	パスタ	パスタ	パスタ
炒め物	炒め物	炒め物	炒め物	炒め物	炒め物	炒め物	炒め物
揚げ物	揚げ物	揚げ物	揚げ物	揚げ物	揚げ物	揚げ物	揚げ物
お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥	お粥
雑炊	雑炊	雑炊	雑炊	雑炊	雑炊	雑炊	雑炊
汁	汁	汁	汁	汁	汁	汁	汁
デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート	デザート

1食あたりのエネルギー
量がのっています。
(中学年の量)
学校給食では、1日に
必要な栄養量の約3分の
1をとれるようにしてい
ます。

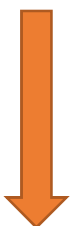


給食調査隊！～給食のあの人気メニューができるまで～

みなさんの給食は稲沢東小学校の敷地内にある、稲沢東部学校給食調理場で作られています。
下津小学校を含めた3校分の給食（約2300食）を作っています。給食の中でも特に人気
メニューであるのが焼きそばです。



おいしさの秘密は、野菜
から出た水分で、めんがバ
ちゃっとならないように
一度機械で焼いています。
(焼かずに揚げることも
あります。)



肉や野菜を炒めます。焼きそば
の日は、キャベツを約160kg
使います。

焼いためんとソース、青のりを入れて
完成です！量が多くとても重いので、
調理員さんが2人で協力して混ぜ合
わせます。

18日の給食に出
ます！お楽しみに！



給食のレシピを公開しています
(稲沢市ホームページ)



<https://www.city.inazawa.aichi.jp/kosodate/0000002140.html>
焼きそばのレシピも掲載しています。
ぜひご覧ください！



みなさんにおいしい給食を届けるために、
調理場の職員一同、力を合わせて頑張ります！