



4月 給食だより



つくばみらい市立学校給食センター

令和6年4月

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も給食センターでは、子供たちの健やかな成長の手助けとなるような、安全で魅力ある給食づくりに取り組んでまいります。

学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より
抜粋・要約

1 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。



2 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。



3 明るい社会性と協同の精神を養う。



4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。



5 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。



6 伝統的な食文化を理解する。



7 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。



……つくばみらい市の給食……



牛乳

牛乳は成長期の子供たちにとって大切なたんぱく源、カルシウム源です。給食では毎日登場します。給食がない日は、カルシウムが不足しがちです。給食で飲まない分の牛乳をご家庭で飲むように心がけましょう。

主菜

魚・肉・卵・豆製品を中心にした揚げ物・焼き物・蒸し物などです。おいしく食べてもらえるように手づくりのタレやソースを工夫し、バラエティーに富んだ献立になるようにしています。

副菜

野菜を中心にした煮物・和えものなどです。野菜類は地元生産者の方にご協力いただき、つくばみらい市産のものを積極的に使用しています。煮物などにはかつお節からとっただしを使用し、素材のうまみをいかした味付けを心がけています。

主食

ごはん : つくばみらい市産のお米に5%の麦を入れて、給食センターで炊飯しています。季節の食材を使った炊き込みごはんや、お祝いの赤飯も登場します。

パン : コッペパン・ミルクパン・アップルパン・米パンなど、いろいろなパンが登場します。小麦粉は茨城県産を20%使用しています。

ソフトめん : 10月から3月の給食に登場します。小麦粉は茨城県産を100%使用しています。

汁物

かつお節はから煎りして臭みをとった後、たっぷりのお湯で煮出してだしをとっています。つくばみらい市産の野菜など、具だくさんの汁物です。また、みそは地元JAのかあちゃんみそなど、複数のみそをブレンドして使っています。

ご意見や感想をお待ちしております。

つくばみらい市立学校給食センター 黒島
TEL 52-2338 FAX 52-2036

【献立予定表について】

紙面での配付がなくなりました。市ホームページ等でご確認ください。→

