

4月 給食だより

令和8年4月

つくばみらい市立学校給食センター

住所：つくばみらい市中原1 1

TEL:0297-52-2338

FAX:0297-52-2036

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とりくんでまいります。

学校給食について

学校給食は、「学校給食法」に基づき実施されるもので、栄養素のバランスがとれた食事を提供することにより、成長期にある子供たちの健康の保持・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。単に空腹を満たすだけの食事ではなく、教育の一環に位置付けられ、7つの目標を達成することを目指しています。

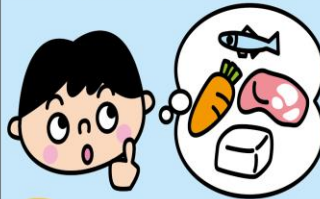
学校給食 の目標

※「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。



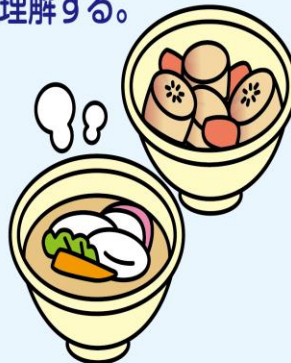
4 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。



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

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汁を使用し、素材のうまみをいかした味付けを心がけています。



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。

主食

《ご飯》

つくばみらい市産のコシヒカリを特別な方法で精米した「金芽米」に、麦を5%入れて給食センターで炊いています。季節の食材を使った炊き込みご飯や、お祝いの赤飯も登場します。

《パン》

コッペパン・ミルクパン・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30%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

だし汁は、かつおの厚削り節をから煎りして臭みをとった後、煮出しています。煮干しを骨ごと粉にした煮干し粉も使用します。

つくばみらい市産の野菜などをたっぷり入れた具だくさんの汁物です。

みそ汁のみそは、つくばみらい市でつくられたみそ（JA・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。



つくばみらい市の給食については、市ホームページでも紹介しています。

ぜひご覧ください。



学校給食センター MIRAI-LUNCH