

4月

# 給食だより

令和7年4月

榛東村学校給食センター

おうちの人と一緒に食べてください

新年度が始まります。学校給食は、成長期の子どもたちが栄養バランスのとれた食事を先生や友達と一緒に食べながら、心身の健全な育成を図ることをねらいとし、重要な役割を担っています。給食を通して、みなさんの健康作りのお手伝いをしていきたいと考えています。今年度も学校給食に御理解と御協力をお願いいたします。

## 榛東村学校給食センターで働く人たちの紹介



○所長  
給食センターのまとめ役をしています。

○事務員  
施設の維持管理や食材費など給食センターに関わる事務全般を行っています。



○栄養士  
給食の献立を考え、材料を発注します。また、給食の時間に教室へ訪問して栄養や食事のマナーなど、食に関するお話をすることもあります。



○調理員  
みなさんの給食を作っています。衛生面にも十分注意しながら、毎日安全でおいしい給食をみなさんのもとに届けるために頑張っています。給食後は、給食センターに戻ってきた食器類やコンテナを洗います。給食の残りが少ないと、とてもうれしいです♪



## 学校での食育

学校給食は、心身の健やかな成長を願い、教育活動の1つに位置づけられています。さらに、「生きた教材」として食を通して人間形成や生きる力を育むため、学校で行う食育は下記の6つの視点から進められます。

### 食の重要性



食べることの喜び、楽しさ、そして重要性を知る。

### 心身の健康



成長や健康に望ましい食べ方を知り、実践できる。

### 食品を選択する能力



正しい知識や情報に基づき、品質や安全性を自分で判断できる。

### 感謝の心



食べ物を大事にし、食事にかかわる人々に感謝する。

### 社会性



食事のマナーを守り、食事を通して豊かな人間関係を築く。

### 食文化



各地域の産物や食文化、その歴史などを知り、尊重できる。

## 給食レシピ紹介 ~手作りグラタン~



【材料 (パーキングトレー4個分)】

- じゃがいも 1個
- ウィンナー 3本
- ホールコーン 30g
- とろけるチーズ 40g
- 乾燥パセリ 適量
- コンソメ 4g
- ホワイトルウ (粉末) 20g
- 牛乳 90ml
- 塩 少々
- こしょう 少々

【作り方】

- じゃがいもを1.5cm角、ウィンナーを1cm幅に切る。
- 鍋に少量の油(分量外)を入れ、じゃがいも、ウィンナー、コーンの順に入れて火を通す。
- ②にAの調味料、牛乳と同量の水を入れて、味ととろみをみながら煮立たせ、パセリを入れる。
- パーキングトレーに③を入れて、チーズをかける。
- オーブンでチーズに焼き目が付くまで焼いたら完成。

※ホワイトルウは缶のものでも可(味を見ながら、コンソメや塩の量を調整する)。小麦粉や米粉からルウを作っても◎です。