

4月 食育だより

令和6年度 4月号
毎月19日は食育の日
笠間市笠間学校給食センター

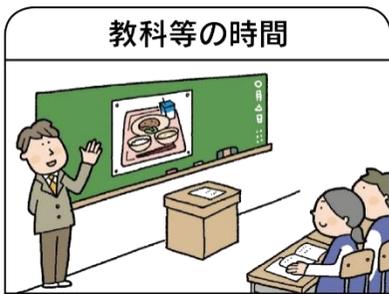
ご入学、ご進級おめでとうございます。

学校給食では、安全・安心でおいしい給食の提供と、食に関する指導を関連付けて、お子様の健やかな成長を応援していきます。ご家庭での食育の一助となるような食育だよりを作成してまいりますので、ぜひ毎月ご一読ください。

今月の給食目標 給食の準備や後片付けをきちんとしよう

学校における食に関する指導の内容

食に関する指導は、学校の教育活動全体を通して行われます。



教科等の時間

各教科や特別活動は、食に関する指導と関連付けることができます。横断的な指導をすることで、学習したことがより定着し、食育の充実や教科等のよりよい目標達成につながります。



給食の時間

クラスの仲間と協力して食事の準備から後片付けをしたり、会食を通して食事のマナーを身に付けたりすることで、人間関係形成能力を身に付けることができます。また、食に関わる人々への感謝の気持ちや食べ物を大事にする心を育みます。



個別的な相談指導

食物アレルギーを有する児童生徒や、偏食・肥満・やせ傾向にある児童生徒など、全体での指導では解決できない健康に関する個別性の高い課題について改善を促すために相談指導を行っています。

～ご確認ください～



毎月献立予定表（材料表）を配布します。給食の主菜（メインのおかず）が肉の場合は夕食を魚にしたり、あげ物の場合は、焼き物にしたりするなど、朝食や夕食の献立を考慮していただくと、1日のバランスがよくなります。

給食費について

月額 児童 4,210円 生徒 4,620円

（全て食材の購入に使われます。）

事前に連絡があり連続して欠席する場合は、給食費が減免になることがありますので、学校へ申し出てください。

食物アレルギーについて

笠間市では、食物アレルギー等疾患・症状があるお子様に対し、原因食物の完全除去を基本とするアレルギー対応を行っています。対応にあたっては、医師の診断による「学校生活管理指導表」の提出が必要となります。ご心配のある方は、学校へお問い合わせください。

茨城をたべよう献立



茨城をたべよう Day	茨城をたべよう Week
4月21日(日)	4月21日から27日

「茨城をたべよう」は、茨城のおいしい食材をみんなで広めていく合言葉で、毎月第3日曜日は「茨城をたべよう Day」、それから始まる一週間は「茨城をたべよう Week」としています。

学校給食でも、昨年度に引き続き、月に一度「茨城をたべよう献立」として実施し、新鮮で安全な食材の消費拡大に努めていきたいと思っております。

4月の食材『レタス』

【献立名】 ごはん 牛乳 ハンバーグオニオンソース
ツナサラダ レタスとたまごのスープ



4月25日 実施予定

茨城県は全国でも有数のレタスの産地です。特に県西地区で盛んに生産され、甘くてみずみずしく、歯ざわりがよいのが特徴です。

笠間市のおいしい食材再発見!

笠間市は、茨城県の中央部に位置しており、夏は気温も湿度も高く、冬は乾燥した晴天の日が多い太平洋型の気候です。農業に適した地である笠間市では、さまざまな農作物が生産されています。

今年度は、学校給食でも使用している笠間市産の野菜について紹介していきます。スーパーや道の駅などで売られている笠間市産の農産物を食べて一緒に地元農家を応援していきましょう。

4月の食材『こまつな』

株式会社ヴァレンチアでは、こまつなをはじめとした有機野菜が栽培され、可能な限り学校給食で使用しています。カルシウムが豊富で苦みが少ないので、学校給食ではサラダ・和え物のほか、汁物にも使用します。



こまつなを使った給食レシピ

学校給食で実際に提供している料理のレシピを掲載しています。QRコードを読み取って見てみてください。

こまつなサラダ ▶



(株)ヴァレンチアの池之上さん
笠間市で一生涯懸命作っているため、給食で見付けたときには思い出して食べてほしいです。

おいしお献立 ～毎月20日はいばらきおいしお Day(減塩の日)～

今年度も市内全小中学校・義務教育学校で、毎月20日前後に、減塩を意識付けるために「おいしお献立」を実施します。食育だよりでは、毎月テーマを決めて、減塩でもおいしく食べられる工夫を紹介していきます。

【献立名】 ごはん 牛乳 とり肉のからあげ こんぶ和え 豆乳のみそ汁
4月18日実施予定