食育だより　４月

川口市立朝日西小学校
令和３年４月９日

新年度がはじまりました。「食育」は知育、徳育、体育の基礎となる大切なものです。食育基本法の前文には、「子どもたちが豊かな人間性をはぐくみ、生きる力を身に付けていくためには、何よりも「食」が重要である」とあります。学校の食育の中心は「学校給食」です。安全安心でおいしい給食を通して、子どもたちに食のすばらしさを伝えてまいります。

学校給食の目標

① 適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。
② 日常生活において食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、および望ましい食習慣を養うこと。
③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性及び共同の精神を養うこと。
④ 食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。
⑤ 食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。
⑥ 我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。
⑦ 食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。

資料「学校給食法」

今年度の給食のテーマは…　**給食で世界を旅しよう**　です！

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から東京オリンピック・パラリンピックが今年に延期されたため、給食のテーマは去年に引き続き「給食で世界を旅しよう」に決定し、今年も世界各国の料理が提供されることになりました！今年度も楽しみにしていてくださいね。

４月30日（金）はドイツの料理が登場します！

献立：チーズパン・牛乳・アイントプフ・たらのトマトソースがけ・ブロッコリー

たらはドイツで日常的に食べられている魚です。アイントプフは、「鍋の中に投げ込んだ」という意味がある、ドイツの伝統的なスープ料理です。ソーセージやにんじん、じゃがいもなどの野菜を煮込んだもので、日本のみそ汁のように各家庭によって味付けが異なるそうです。給食では、鶏肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、白いんげん豆を使って作ります。

南平学校給食センターを紹介します！

朝日西小学校の給食は、毎日南平学校給食センターで調理しています。南平学校給食センターでは小学校９校分、中学校７校分、計 8,500 人分を栄養士４名、調理員 37 名で作っています。出来上がった給食は配送員が各学校に届けます。

調理の様子

野菜の水洗いは、３回水をかえます。
キャベツの葉も全てバラし、よく洗います。

大きなフライヤーで揚げものをします。
揚げムラがないよう、途中でかき混ぜます。

一個ずつ芽取りしたじゃがいもを、料理に合わせて包丁でカットします。

汁物や煮物は、大きな釜（かま）で調理します。
一つの釜で約９００人分作ります。

一人が「これだけ」と思って残した給食は、
全校分集まるとたくさんの残菜になります。
小学生に必要な栄養を考えて作っていますので、
残さず食べてもらえると嬉しいです。

南平学校給食センター職員より