

4月号

給食だより

中野区立第三中学校

ご入学、ご進級、おめでとうございます。今年度から栄養教諭として着任しました、ふたえさくともみ二重作友美と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

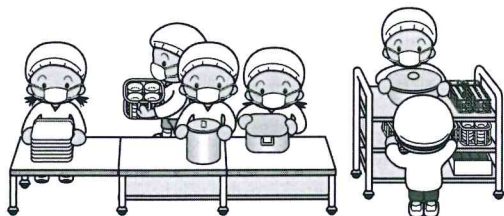
今年度は約230食の給食を作ります。調理員5名で給食調理業務、栄養教諭1名で献立作成・発注業務をします。よろしくお願いいたします。

4月の給食目標

給食の手順や

係り分担を覚えよう

新しいクラスのスタートです。給食の準備にも時間がかかるかもしれません。協力して準備、片付けをしっかりとしましょう。手早く準備をすると、食べる時間がしっかりとれます。片付け時は、給食当番さんが最終チェックをしましょう。きれいな片付けをすることは、生産者の方や調理員さんへの感謝の気持ちを表すことでもあります。「ごちそうさま」の気持ちを込めて、片付けましょう。



給食内容について

- ・ おかずは、煮物、揚げ物、焼き物、蒸し物、炒め物などすべて手作りでです。
- ・ ルーはバター、小麦粉、ひまわり油を使い、手作りでです。
- ・ シュウマイ、春巻き、コロッケなども手作りでです。
- ・ 果物は季節に合った国産の果物を使います。野菜、肉も国産です。
- ・ ほとんど毎日200mlの牛乳がつきます。
- ・ だしは、かつお節、昆布、鶏ガラなどでとっています。
- ・ ごはん食を中心にパン、めんが主食の日もあります。
- ・ 和食を中心として、洋食、中華料理等の他国の料理も取り入れます。
- ・ 行事食や郷土料理を取り入れ、日本の食文化を継承します。

給食に関する情報

毎月、献立表・給食だよりを発行します。給食だよりは各月の給食目標をテーマの中心にして、お届けします。ご家庭での話題にさせていただけるとうれしいです。

保護者様へ

今年度の中学校全学年の1食単価は322円です。食材のやりくりを工夫し、安全・安心でおいしい給食の提供に取り組んでまいります。

文:栄養教諭 二重作友美