

# 給食だより

調布市立杉森小学校  
校長 野口 直也  
栄養士 土谷 喜美子  
三宅 実穂

ご入学・ご進級おめでとうございます。

新しいクラス、新しい学年にワクワク、少しドキシしながら新年度を迎えた人も

多いのではないのでしょうか？

今年度は、栄養士が土谷と三宅の2名になりました。

調理員は、永川・須藤・青木・杉本・大塩・吉橋・薬の7名です。



新たな気持ちで力を合わせ、安全を第一に、安心して食べられる「おいしく、楽しい給食」を作りたいと思いますので、よろしくお願いたします。

## 学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p> 	<p>②日常生活における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、及び望ましい食習慣を養うこと。</p> 	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p> 	<p>④食生活が自然の恵意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。</p> 
<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>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。</p> 	<p>⑧食生活が自然の恵意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。</p> 

### すぎもりしょうがっこう 杉森小学校では…

旬の野菜や果物を取り入れ、給食でも季節を感じられるよう彩りや調理法にも配慮し、献立を作成しています。

食材は、身近な地域で収穫される地場野菜、調布市の姉妹都市である長野県木島平村産のきのこやお米をはじめ、原則、国産のものを使用しています。

だしはかつお節、昆布、煮干し、鶏がら、豚骨を使ってとり、カレーのルーなども給食室で作っています。餃子や春巻きのほか、時には、パンも手作りです。

この他、図書室にある本に出てくる料理を紹介する「ブックメニュー」、日本各地の郷土料理や様々な国の料理や特産品を紹介する「日本味めぐり」と「ワールドランチ」、2つのメニューから自分でメニューを選択する「リザーブ給食」などの行事食を実施し、食育に取り組んでいます。

## 今月の献立紹介

8日(水)

### 給食開始！旬の「清美オレンジ」



今年度最初の給食は、午後に入學式があることから「早く配れるメニュー」。

「ハムとチーズのホットサンド」は、給食室で、食パンにバターを塗って、

ハムとチーズを挟んで焼いた、我が家の定番朝食メニューです。

菓物は、今が旬の「清美オレンジ」。

清美オレンジは、温州みかん(一般的なみかん)とトロビタオレンジを掛け合わせた日本生まれのタンゴール(みかんとオレンジを掛け合わせたもの)です。

9日(木)

### 進級祝い献立「春のお祝いちらし寿司」



桜の花の塩漬けを使ったお祝い料理の定番「ちらし寿司」。

新年度もみんなが健やかに成長できるよう、出世魚の1つである「鱈」を使った幽庵焼きを作ります。

幽庵焼きの漬けダレには、柚子の皮をすりおろして、香り豊かに仕上げます。

15日(水)

### 1年生給食開始「チップスサラダ」と「つぶつぶみかんゼリー」



いよいよ1年生も給食が始まります。

最初の献立は、杉森小学校で人気の野菜チップスを乗せた「チップスサラダ」とこちらも大人気の「つぶつぶみかんゼリー」です！

みんなで協力して準備をし、楽しく、おいしくいただきます！

すぎもりしょうがっこうの給食を好きになってもらえると嬉しいです☆

16日(木)

### ブックメニュー「醤油ラーメン」



(参考：『ラーメンがすすすぎて』(作：サトシン、絵：田中 六太)

「ラーメンが好きすぎて。水道からだってラーメンが出てきたらいいのに！」

水道から出てきて欲しいくらい美味しいとウワサ(?)の杉森小学校特製

「醤油ラーメン」です！

旬の春キャベツと筍を使った棒餃子と一緒に召し上がれ☆

24日(金)

### 防災教育の日前日「鮭わかめごはん(防災用アルファ米)」



調布市では、平成23年3月11日に発生した東日本大震災を教訓として、

平成24年度から4月の第4土曜日に、学校と保護者、地域の方々が一体となった防災教育・避難所開設訓練を行っています。

ローリングストックの観点から、24日は、学校に備蓄されている防災用のアルファ米に、鮭を加えて「鮭わかめごはん」として提供します。