ぱくぱく通信 きゅうしょくだより

児童・生徒向け

食育だより

生徒・保護者向け

令和8年 4月号

栃木市大平学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思います。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 地域の産業
- 伝統行事や行事食
- 環境への配慮
- 日本や世界の食文化
- 感謝の心　など

給食当番の決まりを守ろう

みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。

トイレは身じたくを整える前に済ませる。

爪は短く切っておく。

手はせっけんできれいに洗い、清潔なハンカチやタオルでふく。

体調が悪い人、手や指にけがをしている人は、先生に相談する。

清潔な給食着を身につける。

★給食着を床に置いて着替えたり畳んだりしない。

髪の毛は帽子や三角巾にしっかりしまう。

★髪が長い人は結んでおく。

マスクで鼻と口をおおう。

重いもの、熱いものは協力して運ぶ。

食缶や食器かごなどを床に置かない。

一人分の量を考えて丁寧に盛り付ける。

汁物は底から混ぜて具を均等に盛り付ける。

◎学校給食について◎

安全においしく給食を食べるための約束

給食は、安全においしく食べられるように考えて作られていますが、配膳するときや食べるときに一人一人が気をつけないと、事故につながることがあります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守りましょう。

! 給食の前に気をつけること

教室を換気し、給食に関係のないものは片付けましょう。

★ホチキスの針や消しゴムのカスなど、給食に入らないようにしましょう。

手をせっけんできれいに洗いましょう。

★清潔なハンカチやタオルを毎日持ってきましょう。

給食を配膳したら、席について静かに待ちましょう。

★立ち歩くと、ほこりが立ったり、ぶつかってこぼしたりするかもしれません。

◎食物アレルギーの対応について◎

大平学校給食センターでは、栃木市教育委員会指導のもと、各学校の食物アレルギーサポート会議において、安全に十分考慮して対応するための方法や対応品目について検討し、代替食の提供等をしています。原因食品の種類などに関わらず、医師の診断をもとに個別面談で保護者様、学校、給食センターで対応内容について相談いたします。お子様の食物アレルギーの症状に変化が見られる場合や新規に発症した際は、いつでも学校を通してご連絡ください。

◎栃木市の学校給食で提供しない食品　そば、生卵、生魚、生肉、生やまいも、生魚卵、落花生、あわび、いくら、カシューナッツ、キウイフルーツ、くるみ

◎大平学校給食センターで代替食を提供する食品　卵、乳、えび、かに、いか、牛肉、さけ、さば、鶏肉、豚肉

◎給食レシピ紹介◎

✨ヤムニョムチキン✨　～2/17に学校給食で提供して大人気でした～

◇材料(4人分)

・とりもも肉　50g×4枚

　下味:塩コショウ少々　　酒小さじ1

・片栗粉　適量　　・揚げ油　適量

【タレ】

・コチジャン1.2g　・にんにく1.2g

・砂糖12g　・ケチャップ18g　・しょうゆ5g　・みりん1.6g　・ごま油2g　・水大さじ1　・白いりごま2g

◇作り方

①にんにくはすりおろす。②とりもも肉に、塩コショウ、酒で下味をつける。

③②に片栗粉をつけて、揚げる。

④タレの材料を混ぜ合わせ、沸騰させる。

⑤③に④のタレをからめる。