

ランチタイム

薬師寺小学校

給食だより

おうちの人と一緒に
読みましょう。



ご入学、ご進学おめでとうございます。新年度が始まり学校にもなれてきたころでしょうか。今年度も安全で栄養バランスの整ったおいしい給食を目指していきます。よろしくお願いいたします。



薬師寺小学校の給食について



◎ごはん・・・下野市産のこしひかり：月・水・木・金曜日

◎パン・・・栃木県産こむぎ「ゆめかおり」：火・(木曜日)

→月に1度、パンの日が週2回・ごはんの日が週3回の週があります。

◎麺（ラーメン、うどん、スパゲティ）・・・月1回～2回

◎気をつけていること

・栄養バランスよく、いろいろな食材を使用するようにしています。

・野菜・生肉などは国産のものを使用しています。

(コーンはアメリカ産、パプリカは韓国産になります。)

・できるだけ無添加のものを使用しています。

・味付けはうす味にしています。

・衛生管理のため野菜は加熱して提供。生の果物を出すときは消毒をします。



給食は安全に気をつけ、多くの方が協力して作っています。出来上がった給食に異物がないか、味に問題はないかなどを最初に校長先生が確認して、みなさんのところへと運ばれています。

今年度もよろしくお願いいたします

【調理員さん】



給食は、栄養士が考えた献立を調理員さんが分担しながら調理します。今年は5人の調理員さんで約400人分の給食を作っていきます。

【調理員さんから一言】

今年度も安全でおいしい給食を提供できるよう調理したいと思います。

給食費について

月額 4,500円

*いただく給食費は食材のみです。それ以外の人件費、光熱費等は公費でまかなわれています。

*連絡をいただいて、停止した日から連続10日以上(土日祝日除く)の欠席が返金対象です。その際「給食停止届」の提出をお願いします。




● **献立表や給食だよりをご活用ください**

4月 給食献立予定表		使用食品 ()は食品に含まれるアレルゲンです					今月の献立のわらい	
		おもにたんぱくをつくる あか	おもに体の調子を整えるみどり	おもにエネルギーのもとになる さいろ		春の訪れを感じる食事		
下野市立 薬師寺小学校 ※食物アレルギーを新たに発症した場合は、学校にお知らせください。		魚・肉・卵 大豆製品 たんぱく質	牛乳・乳製品・ 小麦 小豆・海苔	野菜・くだもの・きのこなど	米・パン めん・いも	卵・バター ごま	※ 気象状況や予算の都合で、献立が変更になる場合があります。	
日曜	今日の給食のテーマ	こんだて					一口メモ	
8(木)	今日の給食のテーマ 旬を味わおう 「アスパラガス」	主食 はちみつパン					673 kcal	春の訪れを感じる食事 令和3年度が始まりました。今年度も給食をしっかりと食べて、元気にがんばりましょう。今日は、春にとれる野菜、アスパラガスを使ったサラダです。アスパラガスは、疲れをとるのに役立ちます。味わっていただきますよ。
		副食 豆とミートボールのトマト煮					25.3 kcal	
		副食 春野菜のサラダ					20.3 kcal	
		副食 牛乳					20.3 kcal	
9(金)	進級祝い 献立	主食 赤飯					597 kcal	在校生の皆さん、進級おめでとございます。 お祝いごとのときに食べるものといえば、「赤飯」です。赤い色には、邪気(じゃま)を払うという意味があるといわれています。
		副食 ごま塩					27.6 kcal	
		副食 豚肉のしょうが焼き					20.3 kcal	
		副食 菜ともやしのごまみそ和え					20.3 kcal	

献立表には「テーマ」と「一口メモ」が書いてあります。給食は「この食材には、こういう栄養がある」ことや「旬や地場産物などの食材を使っている」「行事食や郷土食」など、テーマをもとに毎日の献立はたてられています。そして、テーマに合わせて一口メモが書いてありますので、ただ給食を食べるのではなく、考えながら食べてみましょう。

給食の感想もぜひ聞かせてください。「メニューを教えてください」といったリクエストにもお応えしたいと思えます。

● **洗った手はきれいなハンカチでふこう！～ハンカチをもってきましょう～**



給食時間の手洗いを見ていると、ハンカチを持ってくることがない人がいます。服でふくのではなくハンカチで手をふくようにしましょう。➡きれいにみえても服にはよごれがついていますので、せっかくなきれいに洗った手をまた汚してしまいます。



キプロス共和国ってどんな国？

今年開催される東京オリンピック・パラリンピックで下野市はキプロス共和国のホストタウンに登録されていて事前キャンプ地となっています。



キプロス共和国は、地中海の東に浮かぶ島国です。美しい海と砂浜が広がる世界有数のリゾート地で、世界遺産などの充実した観光もあります。キプロスでは、ギリシャの影響をうけた地中海料理を食べているそうです。

キプロス共和国をもっと知ってもらうため、4～6月の給食に月に一度、キプロス料理が登場します。お楽しみに！