

4月 こんだてひょう

各務原市立鵜沼中学校

月	火	水	木	金
9 入学式・始業式 	10 お祝い苺ゼリー 福神漬 キャベツのソテー 麦ごはん カレー  	11 フランクフルト 海藻サラダ 小型パン 焼きそば  	12 ひじきの炒め煮 木の芽あえ 麦ごはん 沢煮椀  	13 ヨーグルト 塩昆布あえ 鶏肉のたつた揚げ 五目ごはん  
16 ハンバーグ アスパラサラダ まるパン コーンポタージュ  	17 じゃがいものうま煮 三色そばろ 麦ごはん 春のかすみ汁  	18 いかの天ぷら 切干大根の煮つけ 米粉パン わかめうどん  	19 きんぴらごぼう さけの若草焼き 麦ごはん 昆布汁  	20 ミートボールのトマト煮 カラフルポテト コッペパン キャベツスープ  
23 振替休業日 	24 小松菜のおかかあえ さわらの西京焼き 麦ごはん じゃがいものみそ汁  	25 小松菜サラダ 大豆と小魚の揚げ煮 ソフトめん ミートソース  	26 中華サラダ ギョーザ 麦ごはん マーボー豆腐  	27 オレンジ ゆかりあえ ししゃもの磯辺揚げ 山菜ごはん  



ご入学・ご進級おめでとうございます

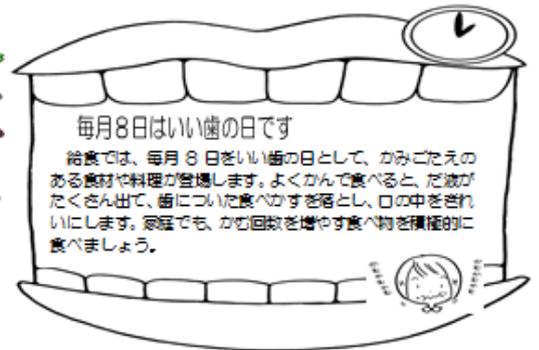
学校給食はみなさんの心身の健康と健やかな成長を願って作られています。この機会に学校給食について紹介します。

学校給食の内容

- 主食** 米飯 岐阜県産の「はつしも」を使用し、麦を10%入れています
調理場で炊き込みご飯やピラフも作ります
パン 岐阜県産小麦粉を50%使用しています
めん 岐阜県産小麦粉を50%使用したソフトめん
他にうどんやラーメンがあります
- 牛乳** 毎日付きます 岐阜県内産です
- 副食** 煮物・揚げ物・焼き物・和え物・汁物など、できるだけ旬の食材を使用し、日本の伝統的な食文化を伝えていきたいと思ひます



1食の美味しい食事のモデルになります



毎月8日はいい歯の日です

給食では、毎月8日をいい歯の日として、かみごたえのある食材や料理が登場します。よくかんで食べると、だ液がたくさん出て、歯についた食べかすを落とし、口の中をきれいにします。家庭でも、かむ回数を増やす食べ物を積極的に食べましょう。



伝えよう日本の味

『日本型食生活を大切に』

日本型食生活とは、主食のお米を中心に、主菜として魚・肉・大豆・海藻、副菜として野菜・いも・果物など、さまざまな食品を組み合わせた献立です。学校給食でもこの組み合わせを大切にした献立作成を行い、給食時間には校内放送などで全校の児童生徒にその大切さと呼びかけています。



「給食の料理を食べたいけれど、作り方がよく解りません」という声を聞きます。そんな時に役にたつのが『各務原市ウェブマガジンおうちで給食』です。インターネットで、各務原市公式ウェブサイト⇒ウェブマガジン[WEBMAGAZINE]⇒と進んでもらうと「おうちで給食」があります。毎月1品、給食献立の材料と作り方、一ロメもなどが記載されているので、家庭で手軽に給食の味を楽しむことができます。バックナンバーには、今まで掲載された献立があります。



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。
- 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。
- 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。



※学校給食に使われる岐阜県産農産物には、J Aグループ、市町村、県による助成が行われています。「学校給食地産地消推進事業」は学校給食において岐阜県産農産物を積極的に活用することを通じて、少年期からの食農教育を推進することを目的としています。