

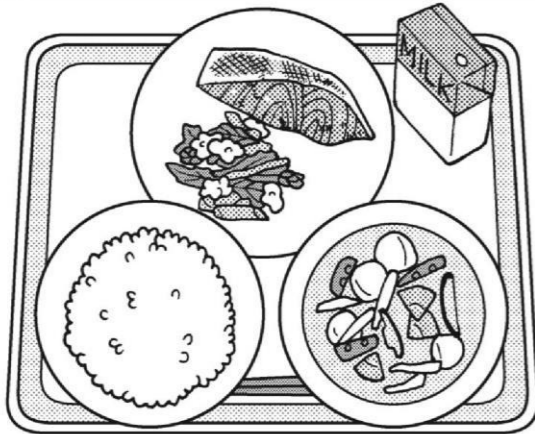
# 給食 だより 4月

毎月19日は「食育の日」!! NO.1 2018. 4. 5 一関市花泉学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。子どもたちは新しい環境の中で、期待でいっぱいなのではないでしょうか。今年度も子どもたちの健やかな成長のために、安全安心でおいしい給食をつくってまいりますので、よろしくお願いいたします。



## 学校給食の役割



給食は栄養バランスのとれた食事によって、子どもたちの健康や心と体の成長を支えています。

それだけではなく、食に関する指導をすすめるための重要な教材として、望ましい食習慣と食に関する正しい知識や実践力を身につけさせることができます。また、地場産物や地域の郷土料理、行事食などの提供を通して、地域の文化や伝統への理解と関心を深めることが期待されています。

## 給食当番の身じたくをととのえましょう

衛生的な配ぜんができるように、給食当番の身じたくを確認しましょう。

- 帽子から髪の毛が出ないようにする
- マスクは鼻と口が出ないようにする
- つめは短く切っておく
- 手は石けんを使って洗う
- 清潔な白衣や帽子を着る



## 給食の配膳

### 副菜

副菜は野菜などおもに体の調子を整える食品を使ったおかずです。おひたしや煮物や炒め物などになると量もしっかりとれます。

### デザート(果物)

※おぼんの空いているところにせてもいいです。

### 主食(ごはん・パン)

主食は体を動かし、脳をはたかせるエネルギーのもとを多く含む食品です。



### 牛乳

成長期に必要なカルシウムやたんぱく質を補うため、毎日つきます。

### 主菜

主菜は肉、魚、卵、とうふなどの大豆加工食品など、おもに体をつくるものになる食品を使ったメインとなるおかずです。

### 汁もの

汁ものは副菜の一種です。野菜をとることができるだけでなく、水分の補給にもなります。みそ汁、すまし汁、コンソメスープ、中華スープなどいろいろな汁ものが出ます。

正しく配膳しよう!

## 給食の内容と食材の購入先

〈主食〉 ごはん … 月・水・木・金(週4回) \* 木は麦ごはんです。(6~9月は麦なし)  
 ☆一関産ひとめぼれを一関市の県パン工業組合さんに委託し炊飯してもらいます。  
 パン … 火曜日(週1回) \* 岩手県産小麦100%使用  
 ☆花巻市のオリオンベーカリーさんで作っています。

〈おかず〉 ごはんとみそ汁を中心にした健康的な和食のおいしさを伝えていきます。  
 中華風、洋風も取り入れ、幅広い味覚をはぐくんでいきます。  
 ☆野菜…フレンドボックスさん、Aコープ花泉店さん、Aコープ藤沢店さん、いわて平泉農協さん  
 ☆肉類…立身畜産さん、二階堂精肉店さん、館ヶ森ハム工房さん  
 ☆魚類…学校給食会さん、サトー商会さん、黒勘商店さん  
 ☆その他食品・調味料など…学校給食会さん、サトー商会さん、丸大冷蔵さん、モリレイさん、中村商会さんなど。

〈牛乳〉…大東町 不二家乳業㈱さん

## ★3月の放射性物質測定検査結果 (一関市のホームページでも見るができます。)

		放射性セシウム134	放射性セシウム137
1	3月1日	不検出(<5)	不検出(<8)
2	3月5日	不検出(<5)	8
3	3月13日	7	不検出(<8)

【参考】厚生労働省が定めた食品中の放射性物質基準値  
 [放射性セシウムの新基準値(Bq/kg)]  
 平成24年4月1日施行  
 飲料水 10 牛乳 50  
 一般食品 100 乳児用食品 50

○本測定は、トライアスラーベクレルファインダー(シンチレーション放射線核種簡易測定機)を使用し、検出下限値が核種毎に10Bq/kg以下となるよう、測定時間を設定し測定しております。  
 ○測定結果の表示について  
 ・測定値が検出下限値未満の場合は「不検出(<〇〇)」と表示し、カッコ内の<(不等号記号)のあとに、測定された「検出下限値の数値」を表示しております。  
 ・「不検出(<検出下限値)」の表示は、放射性物質濃度が「測定された検出下限値」未満であったことを表します。これは、その測定の精度を示すものであり「<10」と表示されたものが「<5」と表示されたものより多くの放射性物質を含んでいるということではありません。

## 3月使用食材の産地

### 《野菜・果物》

にんじん(茨城県)、だいこん(千葉県、神奈川県、鹿児島県)、はくさい(茨城県)、じゃがいも(北海道)、ごぼう(岩手県)、キャベツ(千葉県)、もやし(岩手県)  
 たまねぎ(北海道)、ねぎ(福島県)、しめじ(新潟県)、えのきたけ(岩手県)、なめこ(一関市)

### 《冷凍食品》

おろしにんにく(青森県、岩手県)、おろししょうが(九州)、ほうれん草(国産)、こまつな(国産)、チンゲンサイ(国産)、ホールコーン(アメリカ)、菜の花(国産)、インゲン(アメリカ)  
 ブロッコリー(エクアドル)、ブロッコリー茎(エクアドル)、むき枝豆(インドネシア)、すいとん(岩手県)、油揚げ(国産)、トマトピューレ(一関市)、しらす(愛知県)、ハンバーグ(国産)  
 肉団子(国産)、豚肉シュウマイ(国産)、とり肉と野菜の根菜つくね(国産)、いわしの梅煮(国産)、子持ちししゃもフライ(ノルウェー)、チキンナゲット(国産)、野菜コロッケ(国産)  
 牛肉コロッケ(北海道)

### 《その他》

豚肉(一関市、岩手県)、鶏肉(一関市、岩手県)、さわら(韓国)、さば(ノルウェー)、さきいか(国産)、ホタテ貝柱(青森県)、こんにやく(群馬県)、しらたき(国産)、たけのこ(国産)  
 豆腐(北米)、茹で大豆(一関市)、干し椎茸(岩手県、国産)、切り干し大根(国産)、はくさいキムチ(国産)、片栗粉(国産)、春雨(タイ)、まぐろ油漬フレーク(タイ)  
 ささみフレーク(国産)、かつお節(国産)、カットわかめ(三陸)、ひじき(鹿児島県)、ねり梅(国産)、レモン果汁(アメリカ)、白いりごま(南米)、白すりごま(アフリカ、中南米)  
 ひなあられ(国産)