



給食だより



富山市立水橋西部小学校

ご入学・ご進級おめでとうございます。花が咲き誇り、希望あふれる季節となりました。

さて、学校給食は、学校教育活動の一環として位置付けられています。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子供たちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナー等、様々なことを学ぶための時間です。今年度も安全でおいしい給食の提供に努めていきますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

学校給食の目標



学校給食の7つの目標は、学校給食法に定められています。また、学校給食は、学校で食育をすすめていくための「生きた教材」として活用しています。

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、望ましい食習慣を養うこと



③ 学校生活を豊かにし、明るい社交性と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ことの理解を深め生命およ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の理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと

⑥ わが国や各地域の優れた伝統的な食文化の理解を深めること



⑦ 食料の生産、流通および消費について、正しい理解に導くこと



今月の献立紹介 ～塩肉じゃが～

新たまねぎは春が旬の食材です！

材料(4人分)

- | | | | | |
|--------|------|---|-----|----------|
| ・たまねぎ | 1個 | A | ・水 | 2カップ |
| ・にんじん | 1本 | | ・酒 | 大さじ3 |
| ・こんにやく | 1/3枚 | | ・砂糖 | 大さじ2 |
| ・じゃがいも | 3個 | | | |
| ・油 | 小さじ1 | | ・塩 | 小さじ1と1/2 |
| ・豚もも肉 | 120g | | | |



作り方

- ① たまねぎはくし形切り、にんじんは乱切り、こんにやくとじゃがいもは一口大に切る。
- ② 鍋に油を入れて熱し、豚もも肉、野菜、こんにやくを入れて炒める。
- ③ Aを加え、野菜に火が通るまで煮る。
- ④ 塩で味を調べて完成。

富山市の学校給食

ごはん

富山県産の「富富富」を使用しています。行事に合わせて「ちらし寿司」や「赤飯」を提供します。

パン

パンは、週に1回程度提供しています。食パンやコッパンのほかに富山県産の米粉を使った米粉コッパンがあります。

牛乳

牛乳1本(200ml)を毎日提供しています。成長期に必要であり、不足しがちなカルシウムの摂取を補います。

副食(おかず)

旬の食材や地場産の食材を使い、バラエティに富んだ献立になるように工夫しています。