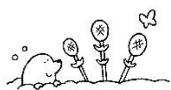


4月 給食だより



令和5年4月
西都市学校給食センター



いよいよ新学期がスタートしました。新しい学年、新しい教室、新しい教科書・・・気持ちまで新しくなって、ワクワクしてきますね。日々成長している子ども達。1日1日を大切に、体も心も大きくなって欲しいと思います。給食センターも、おいしく楽しい給食づくりで応援します。これから、どうぞよろしくお願いします。

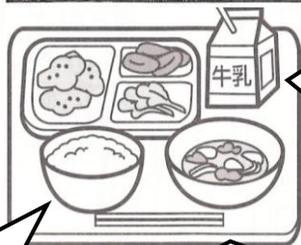
西都市の給食は・・・

事務所 6名 (うち栄養士3名)
調理員さん 20名 / 1日
運転手さん 3名 / 1日
のメンバーで、小学校7校
中学校5校分の
給食を作っています。
(約2,400食)



- ★主食の回数★
米飯：週4回 パン：週1回
- ★お米について★
1年間を通して、**西都市産のコシヒカリ**を使用しています。
- ★パンの種類★
 - ・ コッペパン
(小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト)
 - ・ ミルクパン
 - ・ チーズパン
 - ・ 米粉パン
 - ・ マヨネーズパン
 - ・ 黒糖パン
 - ・ りんごパン

小学校：253.84円 / 1食
中学校：292.36円 / 1食



毎日200mLの牛乳が出ます。たまにミルメークがつかますので、お楽しみに♪

★給食の材料★

- ・ 肉、野菜、豆腐は市内の業者さんに納めてもらっています。
- ・ 缶詰、乾物、冷凍食品などは県内の業者4社に納めてもらっています。

銀上学園の分の給食は、銀鏡中学校調理場にて、調理員さん2名で作っています。(基本は給食センターと同じ献立)
給食費は
小学校：270.89円 / 1食
中学校：300.99円 / 1食
になります。

<春に旬を迎える食材>

いちご



冬から春にかけて店頭に並びいちごは、とても人気のあるくだものですね。現在のようないちごが生まれたのは200年程前のことで、日本には江戸時代末期にオランダから伝わり、明治時代以降に本格的な栽培が始まりました。

もともと旬は春から初夏でしたが、ハウス栽培や品種改良によって冬でも収穫できるようになりました。日本生まれの品種は現在300種に上り、関東、東海、九州地方を中心に生産されています。

【いろいろあるよ♪いちごの品種】

- スカイベリー (栃木 i27号)、とちあいか (栃木 i37号) とちおとめ ミルキーベリー (栃木 iW1号) 【栃木県】
 - 草姫、きらび香、紅ほっぺ【静岡県】
 - さがほのか、いちごさん (佐賀 i9号) 【佐賀県】
 - やよいひめ【群馬県】
 - アイベリー【愛知県】
 - 古都華【奈良県】
 - あまおう (福岡県)
 - ゆうべに (熊本 VS03) 【熊本県】
- ※ 全国的に人気が高いものを載せています。【 】の中は品種を開発した都道府県です。

<4月の給食紹介>

- 11日(火) 「たけのこおこわ」
⇒ 白米ともち米を合わせて、炊き込みおこわを作ります。
 - 入学・進級お祝いメニュー：中学校12日(水)、小学校：18日(火)
⇒ お祝いデザートにいちごゼリーをつけます。
 - 19日(水) 「マーボー豆腐」※ 西都の日(ニラ)
 - 21日(金) 「お楽しみ献立」
- ※ 4月は子どもたちが食べやすいメニューを多く入れています。



【お楽しみ献立 & リクエスト献立について】

西都市の給食には、毎月お楽しみ献立もしくはリクエスト献立が登場します。

★ お楽しみ献立：3月から7月

⇒ お楽しみ献立は、「子どもたちが喜んでくれるかな?」という献立を栄養士が考えています。季節に合ったデザートもつきますので、楽しみてくださいね。

★ リクエスト献立：9月から2月(市内の中学校6校の3年生にアンケートを取ります。)

お楽しみ献立もリクエスト献立も献立内容は秘密なので、献立表の材料を見て、献立を予想してくれる子どもたちも多いようです。

給食だよりでは、給食に関すること、栄養に関することなど、いろいろな情報をお伝えしていきます。給食で人気のレシピなども紹介していきますので、ぜひご家庭でも作ってみてくださいね♪

