



# 給食だより



村田町学校給食センター  
令和4年 4月 発行

新年度がスタートしました。新しいランドセルやかばん, 制服で登校する1年生は初々しいですね。給食センターでは子どもたちが楽しみにしてくれる給食を目指し, 旬の食材や地場産品を活用しながら, 手作りを心掛け, 行事食やリクエスト, セレクト給食を取り入れた給食を実施していきます。

## 「給食ができるまで」を紹介します♪ ~ある日の様子~

子どもたちにおいしく喜んで食べてもらえるよう, 午前中の限られた時間の中でいねいに, そして, 衛生的な調理を心掛けています。ある日の調理の様子を紹介します。

	ごはん	カツオの ごまみそがけ	きんぴらごぼう	とり肉の うすくず汁	オレンジ
7:30	作業は7時半から始まります	魚を受け取る		洗う・切る	野菜は3回 果物は4回 洗います
8:00	洗米・浸水	下味付け			
8:30				食材に合わせて、 包丁や機械で 切ります	切る
9:00	炊飯	揚げる	(サラダの時) 茹でる・冷やす	出汁をとる	
9:30			炒める・味付け	煮る	食缶に入れ, 配送 まで冷蔵庫で冷 やします!
10:00					果物は週に2回 程度つきます
10:30			歯ごたえ良く仕上 がりました♪	出汁のいい香り♪ 急いで分けます!	
11:00	ふっくらつやつや 炊きあがり♪	仕上げに特製た れをからめます			



コンテナに積み込み、学校へ出発!





できあがり!

4月から保育所へ米飯, 5月からは幼稚園に給食の提供がスタートします。今年度も, 「子どもたちの笑顔が広がるおいしい学校給食」を目指し, 給食センターのスタッフ一同がんばります!

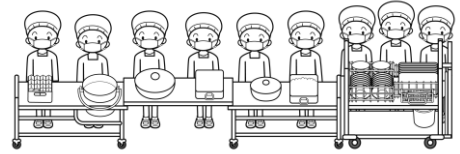
# 4月の給食目標

# 「きまいを守って準備をしよう」

○みんなで協力して準備をし、楽しい給食時間にしましょう

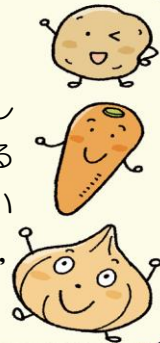


- 手をきれいに洗いましょう
- 配ぜん台や机の上をきれいにふきましょう
- 給食当番は、身支度を整えましょう
- 盛りつけ表を見て手早く、上手に盛りつけましょう



## 今月の旬「キャベツ」

1年をとおして食卓にのぼる「キャベツ」は、南北に細長い日本の地形を利用して南から北へ、平地から高地へと産地リレーが行われています。今、出回っているキャベツは「春キャベツ」と呼ばれ、巻きがゆるく、水分が豊富でやわらかくおいしいです。ビタミンや葉酸、カリウム、食物繊維が豊富で、胃腸の働きを助けたり、体の調子を整える働きがあります。



ご家庭で作ってみませんか？



## 「チキンサラダ」4/14(木)

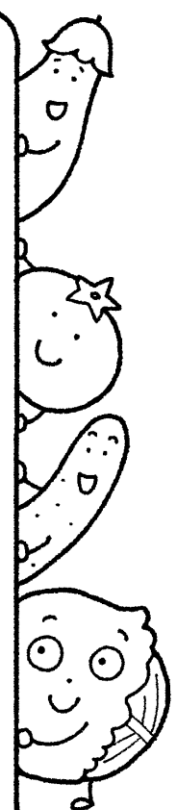
< 材 料・4人分 >

- |   |         |        |
|---|---------|--------|
| A | ・とりもも肉  | 60g    |
|   | ・塩      | ひとつまみ  |
|   | ・こしょう   | 少々     |
|   | ・オリーブ油  | 小さじ1   |
|   | ・キャベツ   | 80g    |
|   | ・きゅうり   | 40g    |
| B | ・ブロッコリー | 50g    |
|   | ・レモン汁   | 大さじ1   |
|   | ・酢      | 大さじ1   |
|   | ・サラダ油   | 小さじ1   |
|   | ・こしょう   | 少々     |
|   | ・塩      | ひとつまみ  |
|   | ・砂糖     | 小さじ1/2 |

< 作 り 方 >

- ① とりもも肉は1cm程度の角切りにする。Aで下味をつけ、皿に移し、ラップをかけ、電子レンジで加熱（500ワット1分程度）し、とり肉に火がとおったことを確認し冷ます。
- ② キャベツはざく切り、きゅうりは輪切り、ブロッコリーは小房に分ける。
- ③ ②のキャベツとブロッコリーをゆでて、水に取って
- ④ 冷まし、水気を切る。
- ⑤ Bの調味料を混ぜ合わせる。
- ⑥ 材料を全て混ぜ合わせる。

※給食ではキャベツを茹でて使いますが、家庭では千切りにして、生のままでもOKです。



### 学校給食用食材放射能測定結果

(単位：ベクレル/kg)

検査日	食材	産地	セシウム137	セシウム134
3月 2日 (水)	えのきだけ	新潟県	不検出 (<2.5)	不検出 (<2.9)
	にんじん	千葉県	不検出 (<3.1)	不検出 (<3.6)
3月16日 (水)	きゅうり	宮城県	不検出 (<2.7)	不検出 (<3.2)
	大根	宮城県	不検出 (<2.4)	不検出 (<2.8)

※厚生労働省の基準値は100ベクレルですが、村田町学校給食では基準値の半分である50ベクレルを超えた場合は、その食材を除外することになっています。