



宇治田原給食だより 4月号



宇治田原町立学校給食共同調理場 発行 令和6年4月

ご入学、ご進級おめでとうございます。新年度の給食が始まります。
今年度も、安全でおいしい給食を提供できるよう、調理場一同 力を合わせてがんばります。
この給食だよりでは、給食についてはもちろん、食べ物や栄養についてお伝えしていく予定です。
献立表とあわせて、読んでくださると嬉しいです。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

宇治田原町の給食について



| | |
|-----|---|
| 米飯 | 週4回です。山城産のヒノヒカリを使用し、調理場で炊飯しています。 麦入りごはんや炊き込みご飯など、いろいろな変わりご飯も登場します。 |
| パン | 週1回、木曜日です。基本の食パンやコッペパンのほかに、黒糖パンやバターパンなどもあります。調理場で、揚げパンやトーストなどの調理をすることもあります。 |
| 牛乳 | 週5回、毎日つきます。小学校・中学校ともに200ccの紙パック入りです。 |
| おかず | 和食・洋食・中華など様々な料理を取り入れています。毎月19日の食育の日には、旬やよく噛むことを意識した献立などを取り入れる予定です。 |

献立表について

- 毎月、献立名と使用する食品名を記載した「予定献立表」を配布します。
分量は、小学校・中学年の1人分です。ご家庭での食事作りの参考にしてください。

だしは天然のものを使っています。

また、野菜は生の国産を基本とし、可能な範囲で町内産も取り入れています。

★印がついているものは、宇治田原町内で生産された食品、(冷)は冷凍食品です。

| 食品名 | 1人分 |
|------------------|--------|
| 4月18日(木) 613kcal | |
| 抹茶きなこパン | |
| 牛乳 | |
| ひよこ豆のポテトチャウダー | |
| ごまドレッシングサラダ | |
| 抹茶コッペパン | 40.00 |
| 揚げ油 | 4.00 |
| きな粉 | 4.50 |
| 三温糖 | 5.00 |
| しお | 0.10 |
| 牛乳 | 206.00 |
| ひよこ豆 | 7.00 |
| ポテト | 10.00 |
| じゃがいも | 50.00 |
| にんじん | 20.00 |
| たまねぎ | 35.00 |
| パセリ | 0.50 |
| バター | 1.00 |
| 小麦粉 | 3.00 |
| しお | 1.10 |
| こしょう | 0.03 |
| ローリエ | 0.01 |
| 調理用牛乳 | 50.00 |
| チキンブイヨン | 6.00 |
| 水 | 30.00 |
| ポークハム | 7.00 |
| キャベツ | 20.00 |
| きゅうり | 20.00 |
| ★町内産水菜 | 10.00 |
| こいししょうゆ | 1.70 |
| 酢 | 2.40 |
| 三温糖 | 1.20 |
| しお | 0.10 |
| 白すりごま | 1.80 |
| ひまわり油 | 0.80 |
| オリーブ油 | 0.80 |

日付の横に、1食あたりのエネルギー量(小学校・中学年)を掲載しています。

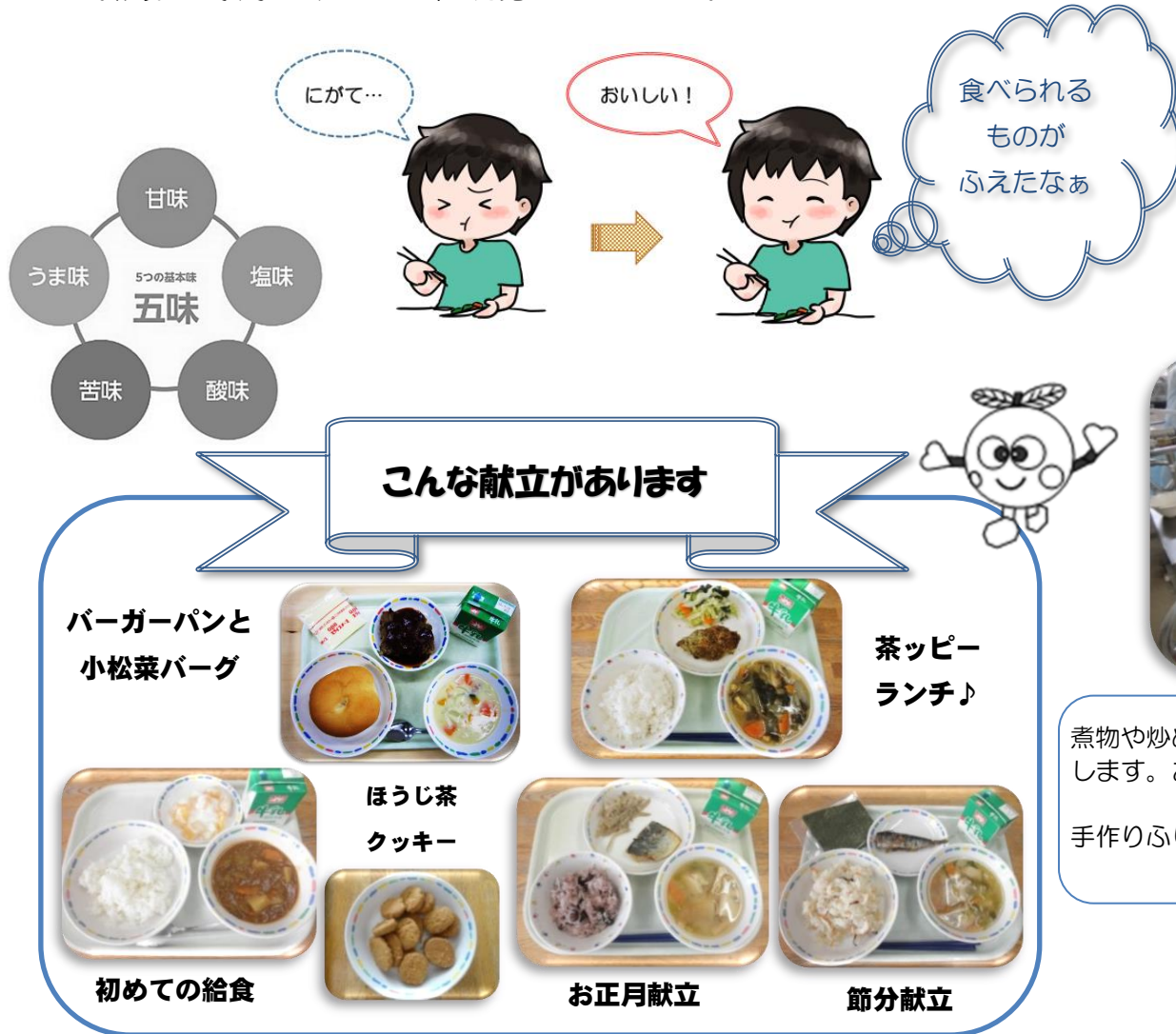
- 都合により、食材や献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。
- 献立表は、小学校・中学校・うぐいす幼稚園共通となっています。給食の有無については、学校だより等でご確認ください。

給食費について

- 1食あたり小学校 280円、中学校 310円、うぐいす幼稚園 270円を「給食費に関する規則」に基づき徴収いたします。

まずはひと口！食べてみて、いろんな味を発見しよう！

給食では、家庭で食べたことのない食材や、食べる機会の少ない料理が登場することもあります。切干大根、煮豆、ひじき、魚など…。食べなじみのないものを口にすると、『苦手な食べものだ！』と感じることが多いです。どんな味が分からないからこそ、挑戦して食べてみてほしいと思います。いろんな味を知ることで、自分はどんな味が好きで、どんな味が苦手か、分かってきます。給食でも家庭でも、いろんな味を発見してみてください。



給食内容に関するお問い合わせは、学校給食共同調理場まで
緑苑坂 55 番地の 3 電話 88-2255 ファックス 88-3699

給食ができるまでの様子を知ろう！

調理場の朝は 7 時半に始まります。身支度を整えて、しっかり手洗いをして作業を始めます。では、どのように給食が作られていくのか、一緒にのぞいてみましょう。



食中毒の予防は、「手洗いに始まって手洗いに終わる」というくらい、手洗いは大事です。

爪ブラシを使って、指先まできっちり洗います。



土がついていない？虫がついていない？
ていねいにチェックしながら、しっかり
3 回流水で洗います。



煮物や炒め物は、大きな釜で調理
します。お風呂くらいの大きさです。

手作りふりかけも、釜で作ります。



大きな炊飯器。
毎日約 60 kgのお米を
炊いています。



調理場はこんなところだよ！
いつもおいしい給食を
作ってくれる調理員さんに
感謝して食べよう♪

とても便利な「スチームコンベクションオープン」です。
魚を焼いたり、マカロニグラタンを焼いたり…蒸し物も
できるので、ほぼ毎日活躍しています。
給食作りにはかかすことのできない調理器具です。

