

1月給食だよ!

2018. 1. 12 No.9
文責: 畦地

黒潮町立学校給食センター

2018年がスタートしました。みなさんはこの1年どのような目標を立てられたでしょうか。給食センターでは、これからさらに、おいしく安全な学校給食を目指して、力を合わせてがんばっていききたいと思います。今年もどうぞよろしくお願い致します。

冬の寒い時期はノロウイルスや感染症も流行しやすくなります。食事の前やトイレの後、外から帰ったときなどはいねいな手洗いを心がけてくださいね。インフルエンザや風邪などにかからないよう、給食でもお家でもしっかり食べて、“菌”や“寒さ”に負けない体づくりをしていきましょう。

黒潮町の給食標語

「地産地消 安心だよね いただきます」



給食紹介

～1月11日 防災メニュー～

この缶詰を使用しています!

- ごはん
- ぎゅうにゅう
- てづくりがんもどき
- ゆかりあえ
- しらたまぜんざい



～1月11日は『鏡開き』でした～

『鏡開き』には神様にお供えた鏡もちをこの日に下げ、木づちや手で割りほぐし、お汁粉やお雑煮にして食べます。「鏡」は“円満を、「開き」は“末広がり”を意味し、新しい一年が幸せに満ちた年になるように祈る行事です。デザート白玉ぜんざいには黒潮町の防災缶詰を使っています。東日本大震災の際、「長い避難所生活で、甘いものが食べなくなった」という声があったことから、『栗ぜんざい』の缶詰を作ったそうです。

1月給食目標

「給食の歴史や文化について 考えてみよう」

1月24日から全国学校給食週間がはじまります!

明治22(1889)年に始まった学校給食は戦争により一時中断されました。しかし、日本の子どもたちの栄養状態が悪く、改善するためにユニセフから小麦粉や脱脂粉乳(スキムミルク)が寄贈され、再び学校給食が始まりました。昭和21(1946)年12月24日のことです。この日が今に続く学校給食の誕生になりますが、多くの学校が冬休みに重なるため、1ヵ月延ばして**1月24日**を「給食記念日」とし、30日までの1週間を「**全国学校給食週間**」としています。

戦後、学校給食は学校で行う教育の一つに位置づけられ、7つの目標があります。

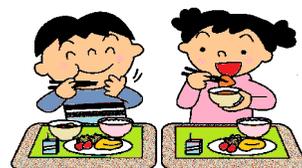
① 健康な体づくり



② 望ましい食生活のお手本に



③ 助け合い、協力して楽しく食べる



④ 自然の恵みに感謝する



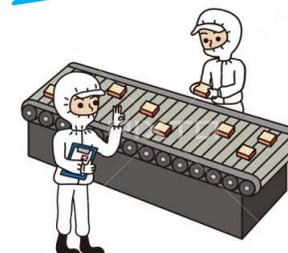
⑤ 働く人たちに感謝して食べる



⑥ 地域の食を知り、未来に伝える



⑦ 食を通して社会のしくみを知る



学校給食は子どもたちが1日に必要な栄養素の約3分の1、ビタミンやカルシウムは約2分の1をとれるようになっています。また、健康的な食事の手本となり、食育の「生きた教材」になるように献立を工夫しています。安心安全はもちろんのこと、地産地消や噛みごたえ、旬の食材や年中行事など、たくさんのメッセージを献立にこめています。

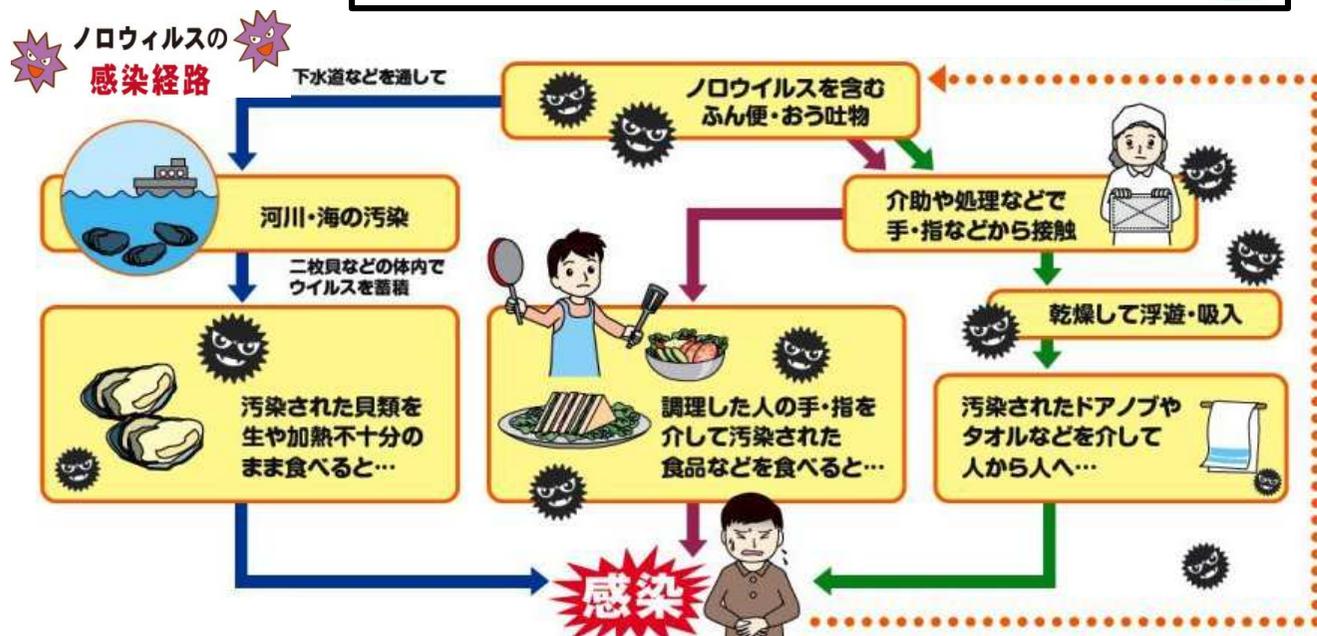


ノロウイルスにご用心！

ノロウイルスって？



【発生時期】冬季(11~3月)が中心
 【潜伏期間】24~48時間
 【おもな症状】吐き気、嘔吐、下痢、腹痛 ※発熱は軽度(38℃まで)
 【特徴】
 ①小さい。
 ②感染力が強い。
 ③自然界で生き残る力が強く、長期間感染性を保持している。
 ④アルコールが効かない。
 ⑤症状がなくなった後も、便からウイルスを排出する。
 ※一般的には2週間、長ければ1ヵ月



加熱が必要な食品は中心部までしっかりと「加熱」しましょう

中心温度85~90℃ 90秒間以上加熱して食べましょう！



「手洗い」をしっかり行いましょう

特に食事前、トイレの後、調理前後は必ずよく手を洗いましょう。(石けんでよく洗浄し、すすぎは流水で十分に。2回繰り返すとより効果的。)



調理器具や調理台は「消毒」して、いつも清潔にしましょう

まな板、包丁、食器、ふきんなどは使用後すぐに洗うとともに、十分な煮沸消毒が有効です。また、次亜塩素酸ナトリウム(200ppm)で浸すように拭いて消毒することも有効です。



給食レシピ ~手作りがんもどき~

●材料(3~4人分)●

木綿豆腐 ……1/2丁(200g)
 すり身(白身魚) ……60g
 卵 ……1/2個(30~50g)
 にんじん ……60g
 干しいたけ ……1.6g
 ねぎ ……12g
 いりごま ……小さじ1
 片栗粉 ……小さじ1強(4g)
 砂糖 ……小さじ1
 ☆みりん ……小さじ1
 しょうゆ ……小さじ1
 揚げ油 ……適量

●作り方●

①干しいたけは水に戻しておく。ねぎは小口切りにする。
 ②にんじん、干しいたけは粗めのみじん切りにし、小鍋で☆を入れ煮詰めておく。
 ③ボールで材料を混ぜ合わせ、小判型に丸める。
 ④170℃の油できつね色になるまで揚げる。
 ⑤出来上がり♪



下味をつけるころまで頑張れば、味はバッチリ決まります☆
 ひじきの煮物や筑前煮の残りなどを刻んで混ぜてもOK!
 豆腐も入るのでふわふわでとても食べやすいですよ~



お知らせ



1月の給食費の振替日は、1月31日(水)です。

口座振替の方は指定口座の残高確認をよろしくお願いいたします。

ひとこと返信

給食に関する疑問や質問、感想など、気軽にお寄せください。

学校 年 組 名前

きりとり