

2026年(令和8年) 4月発行
今治市教育委員会、今治市学校給食栄養士会作成

給食だより

元気いっぱいの新1年生を迎え、本年度も学校給食が始まります。学校給食は、学校教育の一環として、子どもたちが栄養バランスのとれた適切な食事を友だちや先生と一緒にとりながら、食事の大切さ、心身の健康、食品を選ぶ力、感謝の心、社会性、食文化などを学ぶ食育の授業時間です。

安全、安心なおいしい給食を提供できるよう努めてまいります。ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

大切な給食当番の仕事

子どもたちが自分たちで食事の準備や後片付けを協力して行い、みんなで楽しく食べることは、学校給食のねらいの1つです。給食当番は、給食を楽しく、おいしく、安全に食べるためにとても大切な仕事をしています。

給食当番になったら…

つめの長さや身だしなみに気を付けよう。清潔なハンカチを毎日用意しましょう。



トイレを済ませて、せっけんを使って手をしっかり洗ってから白衣に着替えましょう。



盛り付け方や一人分の量を確認しておきましょう。



髪は帽子から出しません。長い髪の方は髪ゴムやピンなどでまとめておきましょう。



汁ものは底をよくかき混ぜながら盛り付けて、つぎ残しがないようにしましょう。



1週間の当番が終わったら、白衣を家で洗濯し、忘れずに持ってきてましょう。



家庭とつながる学校給食

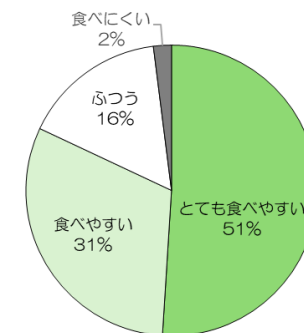


学校で身についた力を定着させていくためにも、献立表を囲んで給食の話をしたり、ちょっとした調理や食事の準備の手伝いをお願いしたりしてみてください。そんな日常の何気ないコミュニケーションが、子どもたちの豊かな「食育」へとつながっていきます。

給食のおかずは食べやすいですか？

(おかずの大きさ、やわらかさ、温かさ など)

昨年度実施したアンケート結果から、「食べやすい」と感じている人が多いことが分かりました。給食では、食材の切り方やかたさ、量などを工夫して、みなさんが食べやすいように調理しています。ゆっくりよく噛んで、味わいながら楽しく食べてください。



【調査人数 小学校3～6年生 3,481人、中学生 2,405人】
(複数回答)

今年度もFC今治と今治市学校給食のコラボ給食が始まります！

令和3年10月から、FC今治と連携した「FC今治コラボ給食」を提供しています。今年度は10、1月にFC今治やFC今治レディースチームの選手にアスリートの食生活や郷土料理をインタビューし、給食だよりで紹介したり、給食で提供したりする予定です。

F2昇格を果たし、ますます勢いに乗っているFC今治。新規加入した選手の登場も、お楽しみに♪



4月



清水調理場、21日の献立

お好み揚げ はちみつみそだれかけ



みそのうま味とはちみつの甘さを合わせた、やさしい味わいのたれがかかったお好み揚げです。4月にぴったりのホッとするおいしさです♪

今治市産食材(予定)

豚肉、キャベツ、ねぎ、ひじき、卵
米粉、強力粉、はちみつ

<材料4人分>

豚肉(こまぎれ)	60g
キャベツ	180g
ねぎ	18g
乾燥ひじき	2g
卵	1個
強力粉	90g
米粉	30g
塩	少々
青のり	少々
削り粉	少々
揚げ油	適量

A

かつおだし汁(水でも可)	大さじ1
白みそ	大さじ1
みりん	大さじ1
はちみつ	小さじ1
お好みソース	大さじ1と2/3

<作り方>

- ① ひじきは戻して、ねぎは小口切りにする。キャベツはみじん切りにし、塩もみして水気をとっておく。豚肉は、食べやすい大きさに切る。
- ② ①とAの材料を混ぜ合わせ、4等分にして成形し、油で揚げる。
- ③ Bのかつおだし汁(水でも可)と調味料を混ぜて加熱し、ソースを作り、②にかける。

給食では、キャベツは塩もみの代わりに、さっとゆでて絞ること塩分を抑えて作っています♪

