

# 4月

## 給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます！希望に満ちた新年度の始まりです。  
安全でおいしい給食を届けられるよう頑張ります。  
今年度も学校給食にご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。



### 給食センターの1日

午前7時半～  
給食食材のチェック

午前7時半～9時  
野菜などの下ごしらえ

学校給食は、みなさんのところとからだの健康や成長のため、栄養バランスを考へて作っています。また、行事食や郷土料理、お楽しみ給食など、バラエティーに富んだ給食を提供していきます。食べたことがないものや聞いたことがない料理が出てくるかもしれません。ぜひ、挑戦して食べてみてくださいね。

午前9時～11時  
調理  
味の確認

各学校へ配送

### こんなことに気をつけています！

<p>栄養バランス</p>	<p>おいしく魅力ある献立作り</p>	<p>行事食や郷土料理の伝承</p>
<p>旬の食材や地場産物の活用</p>	<p>食品の安全性</p>	<p>衛生的な調理</p>

午後1時～午後4時  
洗浄、次の日の準備

食器などを洗う      消毒・保管



### 給食レシピ紹介

#### ☆鶏そぼろ丼☆

【材料】（4人分）

- 炊いたごはん 2.5 合分
- 鶏ひき肉 180g
- 玉ねぎ 80g
- たけのこ（水煮）60g
- むき枝豆 40g
- たまご 2個
- 油 適量
- 生姜 ひと片
- 醤油、砂糖 大さじ1 ずつ
- お酒、みりん 小さじ1 ずつ

【下準備】

- 枝豆を茹でる
- 炒り卵を作る
- 生姜をみじん切りにする
- 玉ねぎとたけのこを荒みじん切りにする

【作り方】

- ①フライパンで油をあたため、生姜を入れる
- ②鶏ひき肉と玉ねぎを炒める
- ③たけのこ、枝豆、炒り卵を入れてさっと炒めたら、調味料を入れてひと煮立ちさせる
- ④どんぶりにご飯を盛り、鶏そぼろをかける

ごはんがすすむ  
人気メニューです！



#### \*食物アレルギーのあるお子さんへの対応\*

学校給食センターでは、食物アレルギーのあるお子さんのために、アレルギー献立表の配布や、乳製品アレルギー（飲用牛乳）の代替として、豆乳の提供を行っています。（乳糖不耐症は医師の診断書の提出をもって対応します。）希望される方は、学校に申込書がありますので、担任の先生にお問い合わせください。