

4月 給食だより

令和5年度 流山市立八木中学校

新年度が始まりました。中学生は体も心も大きく成長する時期で、食事は勉強や運動の土台となります。育ちざかりの今はもちろんですが、将来もずっと健康で過ごしていくために、10代の頃からきちんとした食習慣を身に付けておくことがとても大切です。新学期から新たな気持ちで頑張りましょう。

学校給食とは？

学校給食は栄養バランスのとれた食事を、健康な心と体を育てていきます。また、学校教育活動の一つとして、次の7つの目標が定められ、実施されています。



- ① 健康で丈夫な体を作る
- ② 食事の大切さを知り、良い食べ方や望ましい食習慣を身に付ける
- ③ クラスで助け合い、協力し合う社会性を身に付け、楽しく食べる
- ④ 自然の恵みに感謝する心を育てる
- ⑤ 食に関わる様々な人の働きを学び、感謝する心を育てる
- ⑥ 国や各地域の食文化を知り、未来に伝える
- ⑦ 食を通して社会のしくみを学ぶ

今月の給食目標

給食のルールを守ろう

- ・給食当番は清潔な白衣、三角巾、マスクをきちんと着用し、身じたくを整えましょう。
- ・かぜや食中毒の予防のために、給食の前にしっかりと石けんで手を洗いましょう。
- ・食事の前後には、あいさつをきちんとしましょう。
- ・食器を洗う人の事を考えた後片付けをしましょう。



給食室と栄養士の紹介

八木中学校430食、南部中学校820食(合計約1250食)の2校分の給食を八木中学校にある調理場(調理委託:日本給食株式会社)にて、調理員11名で作っています。調理の時には、手洗いや温度管理などの衛生管理を徹底し、安全・安心な給食の提供に努めています。南部中学校の分の給食は、給食専用コンテナに入れ、トラックで南部中学校へ安全に運ばれていきます。運ばれた給食は、2名の配膳員が各階へ運び、生徒たちに届けられています。

【栄養教諭】船渡 遥子(ふなわたり ようこ)
みなさんの学校生活の中で、給食の時間が楽しい時間となることを目標にしています。給食の感想、それ以外にもたくさん話しかけてくださいね。よろしくお願いいたします。

給食室のメンバー一同、心をこめておいしい給食をつくります！

流山市の学校給食

週5回の給食の中で米飯給食を約4回実施し、他、パンや麺の献立をバランス良く組み合わせています。

季節感のある食材や行事食、また日頃不足しがちな魚類、豆類、藻類、野菜類などを工夫して献立に取り入れています。



季節によって、野菜も流山市産を使用しています。(長ねぎ・わけぎ・小松菜・トマト・ほうれん草など)今後少しずつ紹介していきます！

平成22年度より、米は流山市産コシヒカリを使用しています。

汁物(味噌汁やすまし汁等)は削り節と昆布でだしをとっています。