

令和6年度 4月 給食だより やまびこ

発行：東広島北部学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。今年度も、子供たちの健やかな成長のために、安全・安心でおいしい学校給食を提供するとともに、学校・家庭・地域と連携した食育を推進していききたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

東広島市の学校給食を紹介します

デザート

季節の果物やゼリー、ヨーグルトなど

主食

ごはん 週4回
白ごはん、わかめごはん
季節の変わりごはん など
※東広島市産の米を使用

パン 週1回
コッペパン、黒糖パン、バターパン、
リッチパン など



●毎月19日は「食育の日」です。
古代米ごはん：黒米を入れたごはん
魚料理：旬の魚料理
和え物：旬の野菜料理
ゆめまる汁：地場産物が入ったみそ汁

牛乳

200mLの牛乳が1本
つきます。(広島県産)

主菜

主に肉・魚・卵・豆類を
使ったおかずなど

副菜

野菜をたくさん使った
和え物、汁物、炒め物など
※東広島の地場産物を優先
的に使用しています。

～学校給食の7つの目標～

学校給食は、『学校給食法』の中に目標が掲げられ、教育の一環として実施されています。

①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。



②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。



③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。



④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。



⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。



⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。



⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。



給食の写真を
Instagramに
掲載しています。



HGH.KYUSHOKU

東広島市学校給食【公式】で検索！

～日本の行事と食 ①～

『花見』



日本には、昔から3月下旬～4月上旬にかけて、桜を観ながらごちそうを食べ、楽しいひと時を過ごす文化があります。平安時代の貴族が、美しい桜を見ながら歌を詠むことを楽しんだのが花見の始まりで、やがて庶民に広まり、江戸時代には今のような花見が定着しました。春になると桜の木へ下りてくるという田の神様をもてなすためにごちそうを用意します。

花見団子の由来

江戸時代からの花見の定番菓子。団子の色には意味があり、ピンクは春の桜、白は過ぎてゆく冬の雪、緑は新緑を表しているといわれています。

江戸時代の花見弁当

当時は、焼きおにぎり、卵焼き、菜の花や煮はまぐり、かまぼこ、さくら鯛、椿餅などの海の幸や山の幸がまった豪華な弁当でした。



今月の ひろしま給食！

ひろしまトンチキレモン



材 料 (4人分)		切り方	作り方
豚肉	160g	角切り	① 材料を切る。
鶏肉	160g	角切り	② 肉に下味と片栗粉をつけて油で揚げ。
塩・こしょう	少々		③ Aを合わせておく。
片栗粉	適量		④ フライパンに油を熱し、にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、生しいたけを炒める。
揚げ油	適量	角切り	⑤ ②の肉とねぎ、Aを加えからめる。
たまねぎ	1個	いちょう切り	
にんじん	1/2本	スライス	
生しいたけ	2枚	1.5cm	
ねぎ	2本		
炒め油	適量		
おろしにんにく	少々		
おろししょうが	少々		
さとう	小さじ2		
料理酒	小さじ2		
こいくちしょうゆ	小さじ2		
オイスターソース	小さじ2		
ケチャップ	小さじ2		
お好みソース	小さじ2		
酢	小さじ2		
レモン果汁	小さじ2		

ひろしま給食は、学校・家庭・地域が一体となった食育を推進する広島県の取組です。
トン＝豚肉、チキ＝鶏肉を使った豚酢風の料理です。広島県が生産量日本一を誇るレモンの味付けがポイントです。
季節の食材と炒めてもいいですね。

[1人分 269kcal 塩分0.7g]

東広島北部学校給食センター目標 『食べる つながる 笑顔ひろがる 給食の「わ」』

じゃがじゃが

かっきー