

給食

だより 9月号

令和6年9月
白岡市教育委員会
白岡市立西小学校

夏休みも終わり、これからまた学校生活が始まります。毎日元気に過ごすには、早寝早起きをして、3食をしっかりと食べて、生活リズムをととのえることが大切です。夏休み明けの今、生活習慣を見直して、規則正しい生活リズムを心がけましょう。



給食に登場した世界の料理をふり返ろう！



この夏、パリオリンピック・パラリンピックが開催されました。これに合わせて、世界の食文化へ理解を深めてほしいと思い、5月から9月の給食にいろいろな国の料理を取り入れてきました。どんな料理が登場したか覚えていますか。興味を持った料理や国について調べてみるのもいいですね。

【ヨーロッパ】

- *ジェノベーゼスパゲティ (イタリア)
- *ラザーニャ (イタリア)
- *スコッチブロス (スコットランド)
- *ホキのラタトゥイユ (フランス)
- *ブロッコリーのアヒージョ風 (スペイン) など

【アジア】

- *タッカルビ (韓国)
- *シニガンスープ (フィリピン)
- *ダルカレー (インド)
- *ガパオ (タイ) など

【オーストラリア・ニュージーランド】

- *フィッシュアンドチップス (オーストラリア・ニュージーランド)
- *クマラスープ (ニュージーランド) など

【アメリカ大陸】

- *ジャンバラヤ (アメリカ合衆国)
- *フランゴパッサリーニョ (ブラジル)
- *フェジョアードスープ (ブラジル)
- *サーモンチャウダー (カナダ) など



★9月は世界の料理から「アジア」の料理が登場します

◎シニガンスープ（フィリピン）

肉や野菜を煮込んだ酸味のあるスープで、フィリピンでは「タマリンド」というフルーツで酸味を出していますが、給食ではレモンを使います。



◎ダルカレー（インド）

「ダル」は「豆」を意味する言葉です。その名前の通り、豆を使って作るカレーです。インドは、豆類の生産量が世界の中でも特に多く、日常的に料理に使われています。



◎ミーゴレン（インドネシア）

「ミー」は「麺」、「ゴレン」は「揚げる」という意味ですが、揚げるのではなく炒めて作る焼きそばのような料理です。インドネシアでは「サンバル」と呼ばれる辛い調味料や、「ケチャップマニス」という甘いしょうゆに似たソースを使うそうですが、給食では家庭でよく使う調味料を使います。

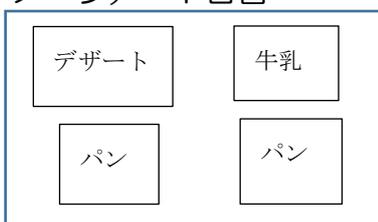


上記以外にも、
 ◎ガパオライス（タイ） ◎タイ風えびのスープ（タイ）
 ◎タッカルビ（韓国） ◎タンドリーチキン（インド）
 ◎油淋鶏（中国） ◎バンサンスー（中国） などがあります！

2学期はじめ1日目～3日目の献立内容についてお知らせ

毎日暑い日が続いています。残暑の中、食中毒予防や調理従事者等の熱中症予防等の観点から、1日目～3日目の給食を以下のような献立内容（例）で提供させていただきます。

（イメージ） 1日目



2日目

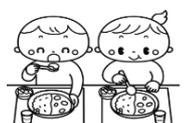


3日目



	内容（例）	工夫内容
1日目	主食(パン2種)・牛乳・デザート	火不使用、惣菜パンにて栄養面を補強、配膳が簡易な献立
2日目	主食・牛乳・主菜・汁物・デザート	主菜は調理工程が簡易なもの、副菜は食中毒の危険が高いサラダや和え物を避ける、配膳が簡易な献立
3日目	主食・牛乳・主菜・副菜・汁物	

- ・学校給食の栄養面は、毎月の平均値が基準値を満たすよう献立を考案しています。
- ・暑い中、調理工程が複雑な献立は、食中毒の危険性が高くなります。
- ・調理員さんは、毎日暑い調理室内で火の前に立ち調理をしています。



安心・安全な学校給食を提供するため、御理解・御協力をお願いいたします。