# おいしい! あんしん! 葛飾の給食

区立学校の給食は全校、校内で調理しており、毎日温かい給食が子どもたちに届けら れています。おいしい給食の背景には、心のこもったたくさんのこだわりがあります。

区では学校給食費の完全無償化を実施しています。本年6月からは補助金を増額し て、栄養バランスの整った給食を提供しています。今回は、給食のこだわりとできるまで の過程の一部をご紹介します。 学務課 ☎03-5654-8461



本田小学校 栄養教諭 佐々木 歩実 先生

#### 一食一食に思いを込めて作っています

給食の時間を中心に、食べることは楽しいと感じながら、一生役に立つ「食 べる力」を育てることを大切にしています。給食では季節の食材や行事食、本 とのコラボメニューなど、わくわくするような工夫をしています。「おいしかっ た!」「おかわりしたよ!」という声が聞こえると、食を通じて笑顔が広がっている ことを実感し、嬉しくなります。

また、1日の食事の3分の2は家庭で取るものなので、家庭では野菜や牛乳、 大豆製品、海藻類などを意識して取り入れ、バランスの取れた食事を心掛け ていただけると嬉しいです。一緒に食卓を囲むこと、買い物に行くことなど、日 常でできる食育もたくさんあります。家庭と学校が協力し合うことで、「食べる 力 | を大きく育てていければと思います。

## こだわりたくさん! 葛飾の給食!

#### 季節や行事を大切にした献立

この日のメニューは重陽の節句に合わせて、菊の花を 使用した「菊花あえ」。

季節や文化を感じられるような工夫があります。

※重陽の節句とは、9月9日に行われる節句の1つ。菊花酒を飲ん だり、菊を愛でたりしてお祝いするもの

#### アレルギーに対応した調理

原因となる食物が入らないように除去食を調理して、複 数人でチェックをするなど、細心の注意を払っています。

#### 旬や葛飾産の食材を使う

旬の食材は栄養価が高く、味も良いとされているので 子どもたちに積極的に食べてほしい食材です。また、地 産地消の取組を通じて、地域農業や食文化への理解を 深めています。



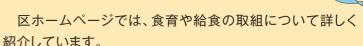
#### 1日に必要な栄養の約3分の1が取れる献立

各学校に栄養士や栄養教諭が配置されており、学校 ごとの実態に合わせて献立を作成しています。作成に当 たっては、文部科学省の「学校給食実施基準」に基づき、 成長期に必要な栄養がしつかりと摂れるように工夫して います。

#### 1つ1つ手作り

原則、加工品を使用せず、カレーやシチューのルウ、 ケーキなども手作り! だしはかつお節や昆布などからと り、スープは鶏ガラなどを煮込んでとり、素材の味を活 かした塩分控えめの調理を心掛けています。

### 給食についてもっと知りたい方へ



また、区役所食堂では、原則毎月19日に区立 小・中学校の学校給食メニューを取り入れた日替

わりランチを提供しています(1日50食限定)。



この日は7時から



野菜も1つ1つ手作業でカット



大釜でサバの味噌煮を作っています



各クラス用に丁寧に分けます



運ばれた給食を配膳します

#### \ いただきます! //



好きな給食は? カレー! 揚げパン!

