



学校給食だより



令和2年度4月号
 伯耆町立学校給食センター

今年度もおいしい給食をお届けします♪

新年度がスタートしました！伯耆町の学校給食では、季節に合わせた行事食や郷土料理、地元食材たっぷりのメニューをお届けしています。

学校給食の役割

学校給食は「生きた教材」です。

学校では、給食を通して、様々なことを学んでいます。

食の重要性

食べるって楽しいね



心身の健康

栄養バランスが大切



食品を選択する能力

どの食品がいいのかな？



感謝の心

いただきます！ごちそうさま！



社会性

食事マナーを守って楽しく



食文化

郷土食や行事食



学校給食マスコットキャラクターの紹介

< 伯まいちゃん >

体は米と牛、角は鬼住山の鬼、おなかのポケットは大山をイメージしています。大山のポケットの中には、伯耆町産のおいしいものが詰まっているよ！



みんなでチェック！ 食育情報に注目！

給食センターから、定期的に食に関する情報を発信しています。ぜひ、ご家庭でもご確認ください。

- 学校給食献立予定表
- 学校給食だより
- 給食センターHP など



～地元食材の紹介～

4月15日に給食で使う、いちごと、育ててくださっている生産者の方の紹介をします♪



生産者の土屋さん

土屋さんは、岸本小学校のすぐ近くの伯耆町吉長でいちごを栽培されています。

いちご作りには、土が大切！毎々が勉強です。一生懸命作っているので、味わって食べてください。



あきひめ



ミツバチが受粉してくれます。なるべく農薬を使わず栽培されています。

広くてきれいなハウスには、大きくておいしそうないちごがいっぱいです♪

今月のレシピ

ちぐさ和え

< 材料 > 4人分

- ・ロースハム 4枚
- ・ほうれん草 100g
- ・小松菜 100g
- ・えのきたけ 80g
- ・濃口醤油 小さじ2
- ・ごま油 小さじ1

< 作り方 >

- ①ハムを短冊切りにする。
- ②ほうれん草と小松菜は3cmに切り、さっとゆでて冷水にとり、水気を切る。えのきたけは根元をとり、1/2に切ってゆでて冷ます。
- ③濃口醤油とごま油をよく混ぜ、材料と和える。



給食で一番人気の和え物です♪

栄養教諭 永岡泰子

今年度も、安全、安心、そしておいしい給食づくりを心がけ、皆さんが健康で楽しい学校生活を送れるように職員一同がんばります！

所長 野田健治 栄養教諭 永岡泰子
 学校栄養職員 宅野暁美 調理員一同