



4月給食だより

～ご入学・ご進級おめでとうございます～



色とりどりの花が咲き誇る中、希望に満ちあふれた新年度が始まりました。皆さんが安心しておいしく給食を食べられるよう、衛生管理を徹底し、心を込めて給食作りに努めていきます。1年間、どうぞよろしくお願いいたします。

調理場ってどんなところ

☆立川市には、共同調理場が2つあります。
みなさんの給食を作っているのは「西調理場」です。



西調理場では、11校の給食を、2ブロック(A・B)に分けて、1日に約6000人分を作っています。

Aブロック…西砂小、南砂小、幸小、大山小、柏小、上砂川小

Bブロック…第九小、第十小、松中小、新生小、若葉台小

☆西調理場の給食に関わっている人の紹介



<栄養士>

献立を考えたり、食育に取り組んだりします。朝8時ごろから、食材の選定、発注や調理に関する衛生管理、アレルギー対応などを行います。また、給食時間に学校へ行き、クラスをまわって、その日の給食のポイントや食材、栄養についてのお話をしています。



<調理員>

調理と食器や食缶の洗浄をする調理員は、50人ぐらいいます。朝6時ごろ、その日の給食に使う食材が届き、そこから調理のスタートです。時間内においしい給食を学校へ届けるために、みんなで一生懸命調理しています。できる限り手作りを心掛けていて、カレーなどのルウも小麦粉とバターで作ります。また、春巻きを巻いたり、餃子を包んだり、パンケーキを焼いたり、1つ1つ丁寧に心を込めて作っています。



<トラック運転手>

西調理場は、給食を学校へ運ぶトラックが8台あります。朝のうちにもまず食器を学校に届けます。次に、できあがった給食を給食の時間に間に合うように学校に届けます。そして、食べ終わった食器や食缶を学校へ回収しに行くので、毎日学校と調理場を3往復もしています。

その他にも、給食の食材料の支払いや運営管理などをする人、調理場の掃除や洗濯をする人、調理場の施設を管理する人など様々な仕事をする人がいます。
このように、西調理場では、みなさんに「安全で、おいしい給食」を届けるために、多くの人が働いています。



給食では旬の食材を取り入れています。骨のある魚や皮付きの果物など、食べるのにひと手間かかるものは面倒だからと敬遠されがちです。食べ方がわからない場合もありますので、ご家庭でも色々な食べ物を食べていただければと思います。また、献立表を確認いただき、食べたことのない食品がある場合は、ご家庭で事前に試していただくと安心です。どうぞよろしくお願いいたします。



参考:学校給食2025. 3月号(全国学校給食協会)

注目！ベジタブル



このマークに注目！！

～野菜をぱくぱく食べよう～
ベジぱくDAY

『注目！ベジタブル

～野菜をぱくぱく食べようベジぱくDAY～』

という取り組みを今年度も引き続き行っていきます。

もっと野菜をおいしく食べてもらいたい！という思いで

はじめた食育です。毎月、子どもたちや保護者の方に

注目してもらいたい『立川産の野菜や旬の野菜』を1種類決めて、

給食だよりなどで紹介していきます。



今月の注目！ベジタブル
アスパラガス

アスパラガスは、「茎」を食べる、茎菜類に分類される野菜です。1日に約10センチも伸びる、成長が速い野菜です。緑色のものと白色ものがあります。よく見かける緑色のアスパラガスは、日光に当てて育てますが、白いアスパラガスは日光に当てずに育てます。

1年中、出回っていますが、香りや味がよいのは、春から初夏にかけての時期です。

「アスパラギン酸」という栄養素が含まれていて、疲労回復効果が高い野菜として有名です。茎は太めで穂先が固くしまり、まっすぐに伸びたものが鮮度を見分けるポイントとなります。ゆでてそのまま食べたり、サラダや炒め物、汁物などで食べたり、様々な料理に使うことができます。

【今月の給食】

- ・アスパラ入り豚丼
- ・アスパラ入りかきたま汁

今月はアスパラガスが2回登場します！
献立表で『ベジぱくスタンプ』をさがしてみよう



引用:イラスト版 食材図鑑(合同出版)・食育早わかり図鑑(群羊社)

としょ給食

「からすのパンやさん」より
“ビスキュイパン”が登場します！

いずみがりにも、からすのパンやさんがありました。

4わの子どもたちの意見をきいて、おもしろくてすてきな形のパンをどっさり焼くと、
お店が大繁盛！

著 者: かこさとし
出版 社: 偕成社

引 用: 偕成社

