



# 4月 給食だより

令和4年(2022年)  
水戸市立学校給食共同調理場

## ご入学・ご進級おめでとうございます

暖かい日差しに包まれて、色とりどりの花が咲き、新学期が始まりました。

心も体も大きく成長するためには健康が第一です。

学校給食では、おいしく、安全・安心で栄養バランスのとれた食事を通して、子どもたちを応援します。ご家庭のご協力をよろしくお願いいたします。



今月の給食目標

給食の準備をきちんとしよう

## 学校給食7つの目標

学校給食は学校教育活動の一環として、栄養バランスのとれた食事を一緒に食べる中で、子どもたちの健康と心身の成長を育んでいきます。

「学校給食法」では「7つの目標」が定められています。

### 学校給食の目標

※「学校給食法」第2条より  
抜粋・要約

**1** 適切な栄養の摂取による健康の保持増進。



**2** 食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営む判断力や望ましい食習慣を養う。



**3** 明るい社会性と協同の精神を養う。



**4** 自然の恩恵への理解を深め、生命、自然を尊重する精神や環境の保全に寄与する態度を養う。



**5** 食生活が多くの人々の勤労に支えられていることを理解し、感謝する。



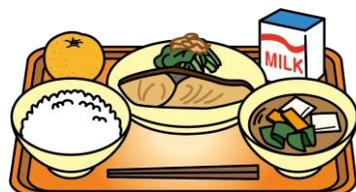
**6** 伝統的な食文化を理解する。



**7** 食料の生産、流通及び消費について、正しく理解する。



### 学校給食の内容



#### ●主食

ご飯…水戸市産「コシヒカリ」を100%使用しています。

パン…学校給食用小麦粉80%と県内産小麦粉20%をブレンドしたものを使用しています。

水戸市産米粉を使用した「米パン」も提供します。

●牛乳…茨城県産生乳100%の牛乳を毎日給食に提供します。

●副食…毎日2～4品提供します。地場産物を使い、手作りを心がけています。  
(煮物・汁物・焼物・揚げ物・蒸し物・和え物・デザートなど)

## ★ 給食の用意について

- 給食当番の身支度（白衣・帽子・マスク）の準備をお願いします。身支度には…
  - ① 食べ物にほこりや髪の毛、唾液が入らないようにする。
  - ② 給食当番の作業がしやすい。③服を汚さない。…などの目的があります。
 また、給食当番の時は爪を短く切り、健康チェックをしたうえで従事します。
- 食事の時は、テーブルクロスと手ふきを使います。清潔なものを用意し、汚れたら交換できるように準備をお願いします。



★ 学校では、食中毒防止などのために給食当番はもとより、児童生徒及び教職員も食事前の手洗いを徹底しています。ご家庭でも食事前に手洗いをするようお願いします。

## 給食支援 【新規事業】子育て応援学校給食支援事業 5,000 万円 【継続事業】地場農産物の活用促進事業 6,000 万円

学校給食における食材料費は、給食費として保護者の皆様に御負担をいただいておりますが、食材料費等が高騰するなかにおいても、保護者の皆様の新たな経済的負担を抑制しながら、引き続き魅力ある学校給食を提供するため、新規事業「子育て応援学校給食支援事業」として、不足する食材料費を市が負担する予算を措置しました。

また、学校給食に地場農産物を積極的に活用し、水戸市の農業の振興と地産地消、食育の推進を図るため、平成30年度から実施している「学校給食における地場農産物活用促進事業」を継続します。

合わせて1億1,000万円、学校給食費の10%に相当する額を公費負担することにより、水戸の未来をリードする子どもたちに安全で安心な学校給食を継続的に提供してまいります。

## ～市内統一共同献立～

水戸市学校栄養士会で作成している市内統一共同献立が、毎月登場します。お楽しみに♪



## MITOごはん 黒パン 牛乳 みとちゃんごぼうメンチカツ ブロッコリーとパプリカのサラダ 春野菜のコンソメスープ

## 我が家のおすすめ料理 もずくと麦のたまごスープ

給食で実施

《渡里小学校 2年生 保護者 大塚 聡美 さん 考案レシピ》

### アピールポイント

具たくさんでお腹にたまる一品です！

#### 《材料（約4人分）》

・玉ねぎ	1 / 2個
・にんじん	1 / 5本
・えのきたけ	1 / 4株
・ベーコン	4枚
・もずく（塩抜き）	30g
・押麦	小さじ2
・鶏卵	2個
・パイヨン	1個
・食塩	少々
・水	600cc

#### － 作り方 －

- ① 玉ねぎは薄切り、にんじんはせん切り、えのきたけは4等分にしてほぐしておく。  
ベーコンは5mm幅、もずくは食べやすい大きさに切っておく。
- ② 鍋に水、パイヨン、野菜を入れて加熱する。
- ③ 野菜が柔らかくなったらベーコン、もずく、押麦を加える。
- ④ 押麦に火が通ったら、溶き卵を加える。
- ⑤ 食塩で味を調える。

★令和3年度に水戸市教育委員会及び水戸市学校栄養士会で「我が家のおすすめ料理（汁物）」を保護者や児童生徒から募集しました。応募いただいた料理の中から、今年度一部を給食日よりで紹介し、給食でアレンジして提供します。

\* 共同調理場で使用する食材や給食一食分の放射性物質の測定を実施しております。

2月16日（水）～3月23日（水）までの126件の測定を実施しました。検査結果は不検出でした。