給食だより

令和８年　４月号

あま市学校給食センター

ご入園・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきます。給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食から学べること

- 健康によい食事のとり方
- 伝統行事や行事食
- 日本や世界の食文化
- 地域の産業
- 環境への配慮
- 感謝の心　など

安全においしく給食を食べるための約束

給食は、安全においしく食べられるように考えて作られていますが、配膳するときや食べるときに一人一人が気をつけないと、事故につながることがあります。楽しい給食時間を過ごせるように、以下のことを守るようにご家庭でもお伝えいただけると幸いです。

給食の前に気をつけること

教室を換気し、給食に関係のないものは片付けましょう。	手をせっけんできれいに洗いましょう。	給食を配膳したら、席についで静かに待ちましょう。

食べるときに気をつけること

姿勢よく、おわんは手に持って食べましょう。	食べやすい大きさにし、よくかんで食べましょう。	食べている人を驚かせたり笑わせたりしてはいけません。

給食レシピ

揚げ鶏のレモンソース

材料（４人分）

- 鶏もも肉……200ｇ
- A
  - おろししょうが……２ｃｍ
  - 酒……小さじ１
- B
  - かたくり粉……大さじ３
  - 米粉……大さじ１
- 揚げ油……適量
- C
  - しょうゆ……小さじ２
  - 上白糖……大さじ１
  - レモン果汁……小さじ１
  - 水……大さじ１

作り方

① 鶏もも肉を一口大に切り、Ａで下味をつける。
② Ｂを混ぜ合わせ、①にまぶす。
③ １８０℃に熱した油で②を揚げる。
④ Ｃを混ぜ合わせて、レモンソースを作る。
⑤ ④の中に③を入れ混ぜ合わせる。

給食では、衣に米粉を使用していますが、家庭で作る際は、米粉をかたくり粉に変えて作ることもできます。

たべものくいず

うしの おちちを しぼった
のみものは なに？

くいずのこたえは、みぎしたをみてね！

～あま市の毎月の取り組み～

あま市の給食では、毎月「食育の日」、「食べよう愛知の野菜」、「全国郷土料理の日」などのテーマを設け食育の推進に取り組んでいます。

食育の日

「食育の日」である１９日前後に、毎月のテーマに合わせた和食の献立が出ます。４月は**「春を感じる献立」**です。

毎月19日は 食育の日

食べよう愛知の野菜

毎月２種類の愛知県産野菜を使い、地産地消をすすめています。
４月は**「キャベツ」**と**「小松菜」**です。

EAT MORE AICHI PRODUCTS いいともあいち

こたえ：ぎゅうにゅう