

# 4月給食だより



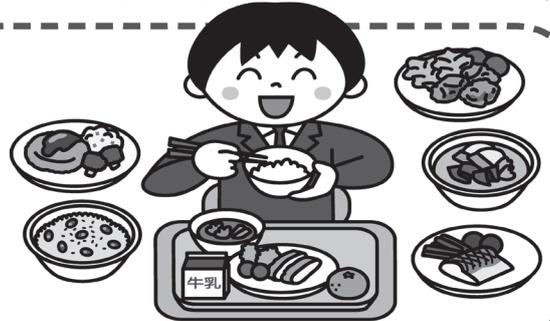
令和8年度 都城学校給食センター

## 入学・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たいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いたします。

### 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



### 給食当番の決まりを守ろう

みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。



<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食卓や食器がごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら… 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>

### 4月の献立紹介

#### ひむか地産地消の日

4月13日～17日

【ポークビーンズ】（豚肉）

#### ベジ活の日

4月20日～24日

コッペパン 牛乳

春野菜のクリーム煮

さわやかサラダ

野菜が小学校：約150g

中学校：約180g

#### 行事食

4月27日～5月1日

【かしわ餅】（こどもの日）

### 都城学校給食センターでの取り組み

#### ★ひむか地産地消の日

宮崎県は、毎月16日を「ひむか地産地消の日」としています。都城学校給食センターも、毎月16日をはさむ週に都城産や宮崎県産の食材を使用します。

#### ★行事食・郷土料理・外国料理

日本に伝わる行事食や日本各地の郷土料理、外国の料理を紹介します。

#### ★ベジ活の日

1日にとりたい野菜の量は約350g（成人）です。しかし、宮崎県では野菜を食べる量が不足しています。都城学校給食センターでは、130g以上の野菜を使った献立の日を『ベジ活の日』として紹介します。

### 食物アレルギーの表示について

都城学校給食センターの献立表は、アレルギー表示義務8品目・推奨20品目のみ表示します。各献立・使用食材等で、ご不明な点がありましたら、お問い合わせください。

(TEL 0986-23-2617)

