

給食だより4月号

令和 6 年 4 月
東京都立練馬特別支援学校
校長 渡辺 裕介

ご入学、ご進級おめでとうございます。
学校給食は、子どもたちの成長、カロリーや栄養のバランスなどを考えて作っています。
旬の食材や地場産物については、近年、季節が限られ、手に入りにくいものもありますが、可能な範囲で使用していき、旬や地場産物の良さを伝えていきたいと思ひます。栄養士、調理員一同、力を合わせて安全安心で美味しい給食を提供していきたく思ひますので、よろしくお願ひいたします。

ねりまとくべつしえんがっこう 練馬特別支援学校の給食について

本校の学校給食指導目標

「食に対する正しい知識と理解を深め、食を重んじ感謝する姿勢を身に付ける。」

年間給食回数 192回

一食単価 440円

生徒一人1回当たりの学校給食摂取基準

(東京都特別支援学校児童生徒等の学校給食摂取基準より)

エネルギー 720kcal
たんぱく質 摂取エネルギーの25~30%
塩分 3.0g未満

※基準を元にし、本校生徒の健康、生活活動等の実態を配慮して実施

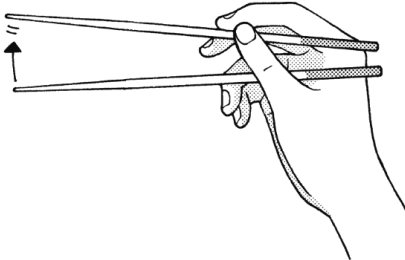
献立内容



- 主食は米飯を中心としています。
10回を1サイクルとして、米飯8回、パンと麺を1回ずつ(2週に各1回)を基本としています。
- 副食は、煮物・揚げ物・焼き物・炒め物・汁物等を組み合わせ、バランスのとれた食事とします。
- 家庭で不足しがちな豆類、海藻類、野菜類を積極的に取り入れています。
- 生徒の嗜好を尊重しながら、郷土料理等も提供し、生徒が様々な食を経験できるよう心がけます。
- 旬の食品や、地場産の食材をできる限り取り入れます。
- 化学調味料は使わず、鰹節、昆布、煮干し、鶏がら、豚骨を使用してダシやスープを作り、素材のうま味を生かして塩分を控えめにします。
- 安全性を第一に、調理済み食品は使わず素材のわかる手作り調理を行います。

こんげつ もくひょう
今月の目標
だの きゅうしょく た
・**みんなで楽しく給食を食べる**

ただ も かた
はしの正しい持ち方

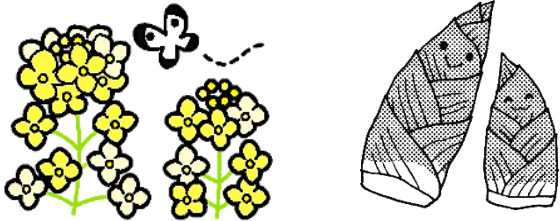


- ・上のはしは、正しいえんぴつ^の持ち方で持ちます。
- ・下のはしは、親指^のつけ根^{から}中指と薬指^の間に通します。
- ・動かすのは上のはしだけです。

©少年写真新聞社2022

お知らせ

『給食^で出た〇〇のレシピ^が知りたい!』^{など}の
ご希望^がございましたら、お気軽^にお問合せ^をください。
給食^をだよりに掲載^{して}いきたい^{と思}います。



©少年写真新聞社2022

がつ こんだて
◎4月の献立から◎

こんげつ きゅうしょくかいすう かい べいはん かい かい めん かい
今月の給食回数は14回。米飯12回、パン1回、麺1回です。

◇4月15日
さわにわん にく やさい をせん切り^{にした}汁物^{です}。「沢」には「沢山の」という意味^{があります}。
猟師^が山^に入^る際[、]日^{持ち}する塩漬^{けの}肉^を持^{って}行^き、山菜^と一緒^に具^{だく}さんの汁^{を作}ったこ
とが始^{まり}だと言^われていま^す。鯉^節と昆布^の出汁^に肉^や野菜^のうま味^がギュツと詰^まった汁物^にな^っていま^す。

◇4月19日
新入生^{歓迎}会^に合^わせ、給食^もちらし寿司^を取^り入^れたお祝^い献立^にな^っていま^す。デザー
トには、いちご^{ジャム}を牛乳^に混^ぜて作^ったピンク色^と、ジャム^を入^れず^に作^った白色^の2層^の
ゼリー^{です}。お楽^しみに。

◇4月30日
たけのこ はんには、しゅん したけのこ つか たけのこ せいちょう はや たけ
筍^ご飯^{には}、旬^の新筍^をたっぷり使^{いま}した。筍^は成^長が早^く、すぐ^に竹^{にな}ってしま
うた^め、生^の筍^を楽^しむこ^とがで^きるの^は、4~5月^頃の限^られた期^間です。旬^の美味^しさを
あじ^わつてみま^しょう。

◎給食室から◎

がっこうきゅうしょく ほんらい きゅうにゅう かみ つごう
学校給食^{では}、本来^{200ml}の牛乳^{をつ}けるこ^ととな^っていま^すが、紙^パック^のリサイク^ルの都^合によ^り、
令和³年度^{から}ビン入^{りの}牛乳^(180ml)を提^供していま^す。肉^や魚^の1回^{あたり}の量[、]調理^用牛乳^や乳^製品^を増^{やす}等[、]不足^分の栄^養を補^えるよう配^慮していま^す。配膳^や下膳[、]食^事中^のマナー[、]給食^前
後^の準^備や片^付け等[、]食^事の時^間である^ととも^に、学^びの時^間でもあ^りま^す。給食^時間^を通^じて、食^や
マナー^{など}につ^いても少^しづつ伝^えてい^きたい^{と思}いま^す。安全^安心^で美味^{しい}給食^の提^供が^でき^るよ
う努^めま^すので、よろ^{しく}お願^いいた^しま^す。

※ご意見、ご感想等ございましたら、栄養士まで。よろしくお願^いいた^しま^す。【栄養士：山本】