

6月給食だより

令和4年度 6月
岩出市学校給食共同調理場

気温が高くなってきて、夏の訪れを感じるようになりました。

6月は「食育月間」です。今月は特に岩出市や和歌山県でとれた食材をたくさん取り入れて、食教育の一環「地産地消」をより進めていきたいと思ひます。

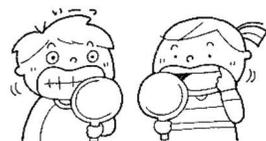
6月の献立より



～ 歯と口の健康週間 ～ 「かみかみ献立」

「ごぼうスパゲッティ、かみかみサラダ」

・・・6月4日から10日までの1週間は、歯と口の健康週間です。給食でも、かみごたえのある食材を使った「かみかみ献立」を出します。よくかんで食べることで唾液がたくさん出て、虫歯予防につながります。かみかみサラダには、切干し大根とイカ、寒天を使っています。



「チキン南蛮」

・・・鶏のから揚げに、岩出市特産物のねごろ大根、玉ねぎ、人参入りの甘酢だれをからめます。ねごろ大根は、とうがらしの仲間ですが、色や形は似ていますが、大きさは一般的なとうがらしに比べて約2倍大きくなります。味は辛みが少なく、果肉が厚くやわらかいのが特徴で、生で食べると、ほんのりと甘みを感じます。



「かつおのごまみそだれかけ」

・・・ココロのかつおを揚げて、ごま入りのみそだれをからめます。かつおは、鉄分がたくさん含まれているため、貧血予防につながります。



「なす入り高野で坦々丼」

・・・なすの旬は夏で、これからがおいしくなる野菜です。しかし、苦手とする子どもは少なくありません。そこで、食べてもらえるように子ども達に人気の高野豆腐入り坦々丼へ入れました。八丁みそなど濃いめの味付けなので、食べやすいと思ひます。ぜひ、チャレンジ！

よくかんで、味わって食べよう!

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。食べ物を口に入れた後、あまりかまずに飲み込んでいませんか？ よくかんで食べると、食べ物



の味がよくわかっておいしく感じられるだけでなく、肥満予防やむし歯予防につながるなど、体にとっていいことがたくさんあります。軟らかいものばかりでなく、かみごたえのある食べ物を意識して取り入れましょう。

オススメ! かみかみおやつ



※硬い豆やナッツ類は、5歳以下の子どもには食べさせないでください。窒息や誤嚥の危険性があります。

「広報いわで」に掲載されました!

topics 05	学校給食のパンは 国産小麦を使用しています	☎ 教育総務課 学校教育係 62-2141 ☎ 学校給食共同調理場 62-8138
--------------	--------------------------	--

市では、安心して安全な学校給食を提供するため、積極的に地元産の新鮮な食材を取り入れた学校給食作りに努めています。
令和3年9月から、より安心・安全でおいしい学校給食を届けるために、外国産小麦から国産小麦100%を使用したパンの提供に変更しています。

国産小麦100% 学校給食用パン



(原材料名)
北海道産小麦(ゆめちから)、砂糖、ショートニング、酵母、食塩

国産小麦粉を使い、学校給食用の材料配分で当日の朝、市内のパン屋さんで焼いています。
添加物が使われていない分、市販のパンより噛み応えがあり、小麦本来の香りと甘みが十分に引き出され、噛むたびに小麦の味がしっかりと味わえます。
環境面でも、外国産と比べ輸送による負担が小さく、また、日本の食料自給率向上にも貢献しています。

※ショートニングは、学校給食用のトランス脂肪酸がほとんど含まれていないものを使用しています。



広報いわで 2022・6 より

給食リクエスト第2位の
揚げパン もこのパンを使って、
調理場で丁寧に作っています。

※ 令和3年度 リクエスト献立調査より