

# 中学校給食通信



第34号

## 6月は**食育月間**です！

学校で行う食育は以下の6つの観点から進められています。中学校給食の実施にあたってはこれらを踏まえ、行事食を大切に、楽しい給食時間となるように献立を工夫しています。

### 食の重要性



食べることの喜び、楽しさ、そして重要性を知る。

### 心身の健康



成長や健康に望ましい食べ方を知り、実践できる。

### 食品を選択する能力



正しい知識や情報に基づき、品質や安全性を自分で判断できる。

### 感謝の心



食べ物を大事にし、食事にかかわる人々に感謝する。

### 社会性



食事のマナーを守り、食事を通して豊かな人間関係を築く。

### 食文化



各地域の産物や食文化、その歴史などを知り、尊重できる。

## 7月の**おすすめ！**献立紹介

### 7月 1日(月) 塩肉じゃが おくらのピリッと炒め 焼きとうもろこし

「塩肉じゃが」は醤油を使わず、塩とゆず果汁をうまく用いて仕上げています。暑い季節にぴったりのさわやかな味付けです。「焼きとうもろこし」は旬の甘みたっぷりのとうもろこしを使用し、バターを絡めたこだわりの一品です。

### 7月 5日(金) 冷やしうどん ひじきご飯(小盛) 冷凍パイナップル ジョア

七夕献立です。オクラを星に見立て、彩りを添えました。冷凍パイナップルは季節限定のデザートです。

### 7月10日(水) ゴーヤチャンプル 韓国風かき揚げ 青梅ゼリー

「ゴーヤチャンプル」は塩もみして食べやすくしたゴーヤに、7種類もの食材を炒め合わせた旬の料理です。「韓国風かき揚げ」は、コチュジャンを用いて味にアクセントをつけています。「青梅ゼリー」は初登場！美しい色合いのさっぱりとした甘さのゼリーです。