

# 給食だより



平成 31 年 4 月 8 日  
高萩市立学校給食センター

毎月19日は  
食育の日

## いばらきを食べよう!

毎月19日は「食育の日」です。食育の日には、健康な食習慣を身に付けるために、自分や家族の食事について見直す機会としてほしいと思います。  
給食では「いばらきを食べよう」というテーマで、茨城県産の食材を取り入れた給食を提供するとともに、茨城県の特産物を紹介していきます。

いよいよ新年度が始まりました。それぞれ希望に胸をふくらませ、新たな一歩を踏み出したことでしょう。今年度も、成長期のみなさんの心と体の健康を支えるため、安心・安全で、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思ひます。どうぞ、よろしくお願ひいたします。

## もうすぐ給食がはじまります! 給食クイズ

(★の数はむずかしさを表しています)

**Q1 ★★**

おかずには、肉や魚、卵、大豆製品など、たんぱく質を含む食材がメインで使われます。中でも、「畑の肉」と呼ばれる食材はなに?

ヒント：とうふやみその材料

**Q2 ★**

牛乳パックに描かれている水戸ホーリーホックは何のチーム?

給食にはときどきくだもの果物やデザートが登場します。おたのしみに!

**Q3 ★★★**

給食でみなさんが食べているお米は、どこで作られたもの?

**Q4 ★★★**

汁ものは、塩分を控えめにするため、ある工夫をしています。その工夫とは?

**Q5 ★★★**

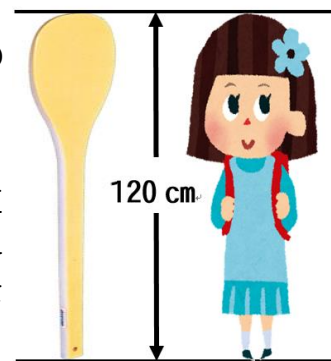
全国各地の郷土料理が登場します。「けんちん汁」・「煮合い」は何県の料理?

### 【こたえ】

- Q1…「大豆」昔から日本で食べられてきました。様々な食材に変身して登場します。  
Q2…「サッカー」龍がモチーフのマスコットキャラクターは「ホーリーくん」といいます。  
Q3…「高萩市」市内で作られたコシヒカリを使用しています。  
Q4…うま味を生かすために、だしを使っています。  
Q5…「茨城県」その土地で作られた野菜をおいしく食べる工夫が受けつがれています。  
給食はみなさんがおいしく、楽しく食べられるように工夫されています。食べ物について学びながら、楽しい給食の時間にしましょう!

### リレー通信 給食センターからです。

給食センターでは、毎日2100人分の給食を作っています。給食センターで使う道具は給食用のものが多く、みなさんが見たことがない道具もあるかもしれません。なべをかき混ぜるへうも、家で使うものよりも大きいものを使っています。長さは120cmくらいなので、小学1・2年生と背比べをすると、同じくらいかもしれませんね。給食は成長期のみなさんに必要な栄養がとれるように献立が考えられています。苦手なものや、給食で初めて食べる料理などがあるかもしれませんが、給食センターで一生懸命作った料理ですので、一口は食べるようにしてください。



### お知らせ

#### ◀ 4月分給食使用予定食材産地 ▶

食 材	産 地	食 材	産 地	食 材	産 地	食 材	産 地	食 材	産 地
きゅうり	茨城	じゃがいも	北海道	にんじん	徳島 鹿児島	牛乳	茨城	さば	千葉 青森等
ごぼう		玉ねぎ	北海道	えのき茸	長野	豚肉	茨城	いか	ペルー
セロリ		キャベツ	愛知 茨城	まいたけ	新潟	鶏肉	宮崎	さんま	北海道 青森
にら		大根	神奈川 茨城	大豆	茨城 北海道	鶏卵	茨城	たら	ロシア
長ねぎ		もやし	栃木 茨城						
白菜									
小松菜									
ほうれん草									

#### ◀ 3月分食材放射性物質検査結果 ▶ (1日~20日採取分)

給食センターでは、給食食材の放射性物質検査および調理済み給食一食分の放射性物質検査を実施しています。検査の結果、放射性ヨウ素・放射性セシウムともに検出されませんでした。詳しくは、市のホームページをご覧ください。