

給食だより 4月



筑波大学附属視覚特別支援学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。希望に満ちた春、新入生を迎え新年度がスタートしました。

新入生はもちろん、在校生の皆さんも新たな気持ちで新年度を迎え、期待に胸を膨らませていることでしょう。皆さん楽しい学校生活を送ってください。

8日(木)より給食も始まります。本校の給食は、寄宿舍の調理室で作る自校給食です。バランスの良い食事を食べる中で、感謝の気持ちや自己管理能力、食品を選択する力を養い、将来にわたり「健康で幸せに生きる力」を身に付けることを目的としています。給食の提供にあたっては、下記のことを大切にしています。

《食品の安全》

食品の鮮度、添加物、衛生面に気を付けながら、食中毒のないよう気を付けています。(裏面に、コロナ対策について記載しています。ご確認ください。)

《季節感》

旬の食材は、美味しく栄養にも優れています。最近では、たいていの食材が一年中手に入りますが、給食ではできるだけ旬の食材を使用しています。一年間を通じ食事からも季節を感じてほしいと考えています。

《味付け》

国で決められている栄養摂取基準に基づき、1日の塩分摂取量が7.5gを超えないようにしています。濃い味に慣れている場合、物足りなく感じることもあるかもしれませんが、給食の味にも慣れて、薄味の中に、うま味や素材本来の味や香りを感じられるようになってほしいと考えています。

《食事の内容》

『主食・主菜・副菜・汁物・デザート』の5品献立を基本にしています。

- ☆ 主食:主に米飯を主食としています。パンや麺類を取り入れることもあります。
- ☆ 主菜:肉・魚・豆類など、良質なタンパク質が豊富な食材を焼く・煮る・蒸す・炒める・揚げするなど様々な調理法で提供します。
- ☆ 副菜:野菜やキノコ、イモ類などを主体に、不足しがちなビタミンや食物繊維などを多くとれるように工夫しています。
- ☆ 汁もの:野菜をたっぷり使用するようにしています。熱々の状態で提供できるよう、食べ始める直前に盛り付けるようにしています。
- ☆ デザート:成長期に必要なカルシウムを多く含む乳製品を使用したデザートを中心に、ビタミンの豊富な旬の果物などを提供しています。

《食事の指導》

食事のマナー、姿勢等、児童生徒の現状を見ながら各々目標を決め声掛け致します。

日	曜	献立	日	曜	献立
8	木	ポークカレーライス パリパリサラダ 野菜スープ ブラマンジェいちごソース	20	火	筍ご飯 鱸の塩焼き わかめと胡瓜の酢の物 すまし汁 みるく寒いちごソース
9	金	ご飯 鶏の松風焼き ほうれん草の磯辺和え みそ汁(じゃが芋・わかめ)	21	水	ご飯 煮込みハンバーグ コールスローサラダ 野菜スープ 牛乳 / 甘夏みかん
12	月	ご飯 鯖の味噌煮 小松菜とコーンのサラダ かき玉汁 マンゴープリン	22	木	ご飯 鮭のマヨコーン焼き おさつサラダ みそ汁(玉ねぎ・じゃが芋) タピオカ入りココナッツミルク
13	火	ご飯 和風ポークステーキ キャロットラペ みそ汁(切り干し大根・なめこ) いちごミルクプリン	23	金	ご飯 油淋鶏 青菜のごま和え みそ汁(キャベツ・しめじ) バニラミルクプリン
14	水	わかめご飯 鮭の幽庵焼き 野菜とじゃこのおかか和え みそ汁(白菜/油揚げ)	26	月	ご飯 鯖の揚げおろし煮 ミモザサラダ みそ汁(小松菜・卵) さっぱり杏仁豆腐
15	木	ご飯 鶏のから揚げ グリーンサラダ 野菜スープ ジョア(いちご)	27	火	スパゲッティミートソース 水菜ときこのこのサラダ 野菜スープ 牛乳 揚げパン(ココア)
16	金	サンドウィッチ スペアリブのママレード煮 ミネストローネスープ 牛乳 りんご	28	水	ご飯 / かみかみふりかけ コロケ 青菜ときこのこのおろし和え みそ汁(豆腐/わかめ) レアチーズデザート
19	月	ハヤシライス 10品目サラダ 野菜スープ バナナババロア	29	木	ご飯 チキン南蛮 スパゲッティサラダ みそ汁 いちごミルクプリン

☆☆★給食のない日★☆☆

4月8日 幼稚部・中学部 入学の祝い(在校生家庭学習日)

4月8～14日 小学部1年 早帰り

4月8～16日 幼稚部年少 早帰り

給食室、食堂での感染予防の取り組み

- 食堂での“密集”を防ぐため、部ごとに食事の時間を分けます
- 厨房の排気ファンを利用して食堂内の適切な換気を行います
- 可能な限り一方向を向いての喫食とし、児童生徒のパーソナルディスタンスを確保します
- 喫食前後、生徒児童の入れ替え時にテーブルと椅子のアルコール拭掃を行います
- 喫食前の手洗い、手指のアルコール消毒を徹底します
- 食堂内では、おしゃべりをしないよう指導し、食事中は穏やかな音楽をかけます
- 調理従事者の健康管理を徹底し、検温・体調のチェックを毎日行いま

※ 本来楽しいコミュニケーションの場でもある食堂ですが、しばらくの間はリスク軽減のためおしゃべりを減らし食事に集中するような指導を行います。食事時間中も教員の指導は、マスクをつけた上で行います。換気のため食堂内の温度調整が思うように行えないこともございます。服装にて寒暖の調整ができるようご協力ください

思うような指導ができない場面もあり、残念な気持ちでいっぱいですが、安全面を最優先に給食指導を行ってまいります。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

ごあいさつ

日頃より、本校給食運営にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

本校栄養教諭の金居 有香子と申します。

今年度も調理業務は、【株式会社 東武】への委託となります。

献立作成、食材発注、衛生管理、調理指導、食事指導等は、栄養教諭が責任をもって行ってまいります。

昨年度は、コロナの影響があり給食試食会等行うことができませんでした。今年度につきましては、世の中の感染状況等見ながら検討してまいります。開催が難しい可能性もございます。

ご不明点、ご要望等ございましたら、いつでも担任を通じ、あるいは寄宿舎厨房まで直接お声がけください。

今年度もどうぞよろしくお願い申し上げます。

(栄養教諭 金居 有香子)