

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、在校生のみなさんも、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。みなさん、楽しい学校生活を送っていきましょう。

さて、10日(水)より、給食が始まります。本校の給食は、寄宿舎の調理室で作る自校式の給食です。バランスの良い食事を食べる中で、食材を知り、感謝の気持ちを持ち「健康に生きる力」を身に付けることを目的としています。

楽しい給食時間になるように、給食の提供には、下記のことを大切にしています。

本校の給食の一例です。

さんま
一匹献立

【季節感】

最近では、通年でたくさんの食材が手に入ります。しかし、給食では、おいしく栄養価も高い旬の食材を使って作っています。もちろん、行事食も季節感を味わうのも、その一つだと思っています。一年を通して、食事から、季節を感じ取れるようになってほしいと考えています。

【食品の安全】

食品の鮮度、添加物、衛生面に気を付けながら、細心の注意を払って調理をしています。

【食事内容】…主食、主菜、副菜、汁物、デザートの5品献立を基本として考えています。

・**主食**:主に、ご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・豆など、良質なたんぱく質を含む食材を、焼く、煮る、蒸す、炒める、揚げるなど様々な調理方法で提供します。

・**副菜**:野菜を中心にキノコ、芋類などを取り入れ、不足しがちな、ビタミン類や食物繊維を多く取るよう工夫しています。

・**汁もの**:汁ものでも野菜を取り入れられるよう、たっぷり使用し、なるべく温かい状態で提供でき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、乳製品を使用したデザートを中心に、また、旬の果物なども、季節に合わせて提供しています。

節分献立

みんなで心を込めておいしく
安全・安心な給食を提供します！



年度末の大掃除の
時にパシヤリ！

6名の調理員さんが毎日の給食を作ってくれます。

調理員さんは日替わりですが、合わせて12名ほどいます。

今年も1年間おいしい給食を作っていただきますので、毎日大きな声で「いただきます」のあいさつをしてから給食を食べましょう！

この度、育児休暇代替の任期満了に伴い、4月より前年度まで勤務されていた山田千尋（やまだひろ）先生が栄養教諭として戻ってくださることになりました。

みなさんと出会って早1年。心も身体もどんどん大きくなっていく姿を間近で見れたことは、私にとって給食づくりの活力になっていました。

みなさんは、まだまだこれから新しい食べ物と出会います。私もまだ知らない食べ物が世界中にはたくさん溢れています。臆することなく、さまざまな食材に触れ、食経験を豊かにしてください。苦手な食材にも1口チャレンジしてみてください。

みなさんにとって、食事の時間がかけがえのない大切な時間になることを願っています。

藤井 彩可

みなさん、こんにちは。そして、お久しぶりです。平成29年度に1年間、お世話になった山田千尋です。覚えていますでしょうか...?また、戻ってくることができて、とてもうれしいです。そして、みなさんの成長した姿を見られることが楽しみでした。背は大きくなっているかな?嫌いなものがなくなっているかな?お箸はきちんと持てるようになったかな?これから始まる給食の時間でたくさんお話しをしましょう。1年間、よろしく願います。