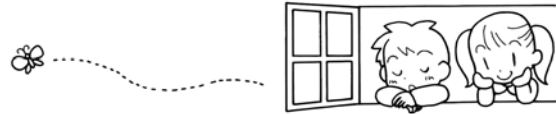


# 常滑市給食だより



3月 食生活を見直そう



## 食の安全性が問われています！

今年度は、食品の偽装問題や、中国産ギョウザの農薬混入による食中毒等、食の安全性が問題となる事件が多く起こりました。度重なる偽装や、未だ原因がわからない農薬混入事件は、学校給食を預かる私たち栄養士にとっても残念でなりません。

常滑市では、万全を期すために、当分の間、中国製品を給食に使用しないこととしています。物価が高騰していることを加え、価格面や栄養価での影響は免れませんが、児童生徒の健康を考え、ご理解をお願いいたします。

また、ご家庭で子供さんと一緒に料理をするなどして、自分の目で見る事ができる食の安全性を実感してみたいかがでしょうか。

## 子どもたちの食生活の問題点は？

朝食欠食・  
朝食内容が乏しい

魚・野菜・いも・海藻・  
果物の摂取不足

脂肪の摂取が多い

鉄・食物繊維の不足

偏食・食べ残し

など…



## 家庭の食生活をふり返ってみましょう。

現在の子どもたちは上記のような多くの食生活の問題点を抱えています。

「あいち食育いきいきプラン」では、①食を通じて健康な体をつくる ②食を通じて豊かな心をはぐくむ ③食を通じて環境に優しい暮らしを築く、という県民全体への指針を示しています。

家庭では、子どもたちに、規則正しい食生活や望ましい食習慣を身につけさせる役割を果たすことが求められます。

## Let's チャレンジ! お米でおやつ

日本で作られている「お米」  
からできるおもちを使った  
おやつを紹介するよ！

みんなの大好きないちご大福を、切り餅を使って家庭で手軽に作ることができます。

### いちご大福

<材料>4個分

切り餅……………2個

水……………1 / 4カップ

砂糖……………1 / 4カップ

いちご（へたを除く）…4個

こしあん（市販品。4等分にする）

……………80g

片栗粉……………適量

<作り方>

1. 耐熱容器にもちと分量の水を入れてラップをかけ、電子レンジ（600W）で2分加熱する。
2. もちがやわらかくなったらめん棒または、すりこぎでよく突き混ぜ、砂糖を加えてよく混ぜる。

### Point! もちがなめらかになるまでよく突き混ぜるのがコツ

3. まな板にラップを敷いて、片栗粉をたっぷり広げ、②をのせてたいらに広げ、手前から2つに折る。（ラップごと半分に折りたたむようにする。ラップの上から軽く押さえてなじませるとよい。）
4. ラップの上から4等分に切り、軽く丸めて人肌に冷めるまでおいておく。
5. いちごをこしあんできり、さらに③で包んで丸く形を整える。



とこめちゃん



## 中学校3年生 卒業おめでとう!!



2月13日

梶崎中学校での様子です。



2月に、中学校3年生の卒業お祝い給食を実施しました。今年は、子供たちに大人気のきなこ揚げパンや、鶏肉のから揚げなどをメニューにしました。ふだんの給食とは違う雰囲気の中で、皆楽しく会食しました。

（小学校6年生は3月に実施します。）

- ・ のこりわずかな給食なので、お祝い給食が食べられてよかったです。
- ・ きなこ揚げパンが出て、すごく嬉しかったし、美味しかったです。（生徒の感想より）