

2024 2024 いがっこ給食センター夢だより 4月

ご入学・ご進級おめでとうございます。
今年度も食育の推進や子育て支援を目的に給食費の無償化が継続されます。
食べ物や食生活の大切さについて、ぜひご家庭でも話題にしてください。

～みなさんが食べる給食は「いがっこ給食センター夢」で作っています～

中学校9校分(約2310食)を作っています。今年度も安全・安心で魅力ある給食を提供していきます。

学校給食では、主食・主菜・副菜の組み合わせを基本とし、不足しやすいカルシウムや鉄、食物繊維は多く、反対に摂りすぎが心配される塩分は控えるようにメニューを考えます。
また、栄養バランスだけでなく地元特産の食材や旬の食材、行事食等を取り入れた献立を提供します。よろしくお願ひします。

給食は成長期に必要な栄養を摂れるよう考えています。
みなさん、しっかりいただきましょう。



地元食材



<伊賀産>

伊賀米コシヒカリ・牛肉・鶏卵
大豆(煮豆用)・生しいたけ
ねぎ・グリーンアスパラガス



<三重県産>

豚肉・鶏肉・牛乳
小麦粉(あやひかり)・大豆(揚げ用)
豆腐・たけのこ水煮
手巻きのみり・ひじきのみり・わかめ

*野菜・果物は生育の都合で産地が変更になる場合があります。ご了承ください。



今年度もいがスマイル給食(伊賀地域の地元食材を使った給食)を実施します。食材は、地産地消と食育を目的に伊賀市から提供されます。

～今月のいがスマイル給食～

① 4月16日(火)

「セルフ親子どんぶり」「アスパラサラダ」

② 4月19日(金)

「伊賀牛焼肉チャーハン」

人気メニューです!

いがスマイル食材
16日 鶏卵とグリーンアスパラガス
19日 伊賀牛肉

「いがスマイル給食」を通して自分たちが住んでいる地域のことや地産地消について考える機会になるといいですね。



<主食の提供について>

- ①白ご飯と麦ご飯を原則曜日別に提供します。
(月・火・水曜日)伊賀米コシヒカリ100%の白ご飯
(木・金曜日)伊賀米コシヒカリに麦を5%混入した麦ご飯
- ②学年別にご飯の量を調整します。
- ③原則隔週の金曜日にパンを提供します。
種類はコッペパン、黒糖パン、ミルクパンです。
*麺と組みあわすメニューの場合は主食を減量します。

給食で使用する「伊賀米コシヒカリ」は2022年度、2023年産米の食味ランキングで連続して最上級の「特Aランク」を受賞したおいしいお米です。

<魚の産地>

- | | |
|-------|---------------------------|
| 15(月) | 白身魚のフライ(メルルーサ) → ニュージーランド |
| 17(水) | 鯖の塩焼き(鯖) → ノルウェー |
| 23(火) | しいらのカレー揚げ(しいら) → 長崎県 |
| 25(木) | わかさぎののり塩揚げ(わかさぎ) → カナダ |
| 30(火) | 中華飯(いか) → 青森県 |