

4月 給食だより



令和7年4月号
青梅市立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます！



新学期が始まりました。給食センターでは、みなさんが大きくなるための給食をおいしく食べられるよう献立をたて、作っていきます。また、栄養バランスだけではなく、食文化や地産地消、食品ロスなど給食を通しての食育もおこなっていきます。

苦手な食べ物もあるかと思いますが、ぜひ一口食べてみてください。新たな発見があるかもしれません。



今月の献立から

鹿児島県



今月は、鹿児島県の薩摩地域の郷土料理「さつま汁」を提供します。さつま汁といってもさつま芋ではなく、とり肉と野菜を入れてみそなどで味をつけた汁のことを言います。お祝いの席などで食べられていたそうです。

さつまというとさつま芋を思い浮かべられると思いますが、鹿児島ではさつま芋のことは、「から芋」と呼ぶそうです。また、さつま揚げも「つけ揚げ」と言うそうです。

地方によって呼び方が違うのはおもしろいですね。



給食時間のやくそく

給食の準備は、手を洗ってからにしましょう。

あわてず落ちついて食べましょう。

大きなものは、切ったり、ちぎってからよくかんで食べましょう。

食べ物は、働きによって3つのなかに分けられるよ。

	きいろのなかま 	あかのなかま 	みどりのなかま
	おもにエネルギーになる	おもにからだをつくる	おもにからだのちょうしをととのえる