



食べる力



令和2年4月

五城目第一中学校

新年度もよろしくお祈いします！

4月6日、新年度のスタートとともに学校給食も始まります。(1年生は8日からです。)

今年度はご退職された伊藤元子さんに代わり保坂玲子さんを迎え、調理員4名、調理補助1名、栄養教諭1名で給食を作ります。献立には五城目産の食材や郷土料理などを取り入れながら、成長期に必要な栄養量を美味しく摂取できるように頑張りたいと思います。久しぶりの給食です！しっかり食べてくださいね。

五中の給食について

使用している食器

- ①ご飯茶碗……強化磁器
- ②汁椀……メラミン
- ③中皿……ポリカーボネート
- ④小皿……ポリカーボネート
- ⑤カレー皿……強化磁器
- ⑥スプーン……ステンレス

給食の形態

- ・週5回の完全給食，自校炊飯(自分の学校でご飯を炊くこと)
- ・お米は，100%五城目産「あきたこまち」を使用
- ・パン，めんは月に1～2回程度実施



給食費と実施回数

- ・給食費は一食350円
- ・実施予定回数 1年192回，2年193回，3年186回
(給食室の稼働日数は195日)

※行事等の変更により，実施回数も変わることが予想されます。

※2，3年生は前年度の繰り越し分を差し引いた額を集金します。



「はし」は
持参です！

毎日忘れずに持っ
てきましょう。



地場産物の加工品も使用しています

給食への農産物納入協力団体である「五城目エコ・ファーマーズ」のご協力を得て、生鮮野菜のほか加工品も使用しています。加工品としては、デザートに欠かせない「かぼちゃの甘煮」の缶詰(通称:カボ缶)や、カレーの日に登場する福神漬、豚キムチ丼の白菜キムチ、毎月使用している切干大根のほか、冷凍のニンニク、トマト、ピーマン、カラーピーマンなどがあります。また、大量の炒め玉ねぎを冷凍保存しておいてカレーなどの煮込み料理に使っています。ぼぼ一年中、地場産の野菜が使えるのはとてもうれしいことです！



大切です！「朝ごはん」

「時間がない」とか「食欲がない」などといって何も食べないまま登校していませんか？朝ごはんは、1日を元気に過ごすためのエネルギー源です。朝ごはんを食べないと、体温がなかなか上がらないため、体が十分に目覚めません。また、脳にもエネルギーが行き届かず、頭がしっかり働かないため、午前中、授業に集中することが出来なくなってしまいます。

朝ごはんを食べる習慣を身に付け、毎朝元気に1日の新しいスタートを切りましょう！

