



食育だより

毎月19日は、食育の日！

令和5年4月
嵐山町学校給食センター



ご入学・ご進級おめでとうございます！！

新しい学年が始まりました。4月は、生活の変化が大きく、生活リズムが乱れがちです。早寝・早起き・朝ごはんを心がけて、生活リズムを整えていきましょう！

嵐山町の学校給食

子どもたちが生涯健康に生活するためには、望ましい食習慣を身につけることが大切です。給食センターでは、栄養バランスのとれた献立の作成、素材やだしの味を生かした薄めの味付けなど、子どもたちの望ましい食習慣の形成のための工夫を行っています。また『食育』の観点から、以下の点にも力を入れています。

嵐山町産農産物の

積極的な活用

役場の環境農政課、JA 嵐山直売所と連携し、嵐山町内で採れた季節の野菜を積極的に取り入れています。

安心安全な給食を目指して

給食センターの衛生管理に力を入れています。また使用する食材は、原材料・産地等を確認し、選定しています。

伝統的な食文化の伝承

給食では、昔ながらの和食の献立を積極的に提供しよう心がけています。嵐山町や埼玉県等の郷土料理(かてめし・呉汁)や地場産物も献立に取り入れています。

また、季節ごとの行事にちなんだ行事食も多く取り入れています。



様々な味を体験できる給食

日本各地の郷土料理や世界各国の料理を、給食用にアレンジして毎月の献立に取り入れています。

ぱっかり食べ していませんか？



ぱっかり食べとは？

「ぱっかり食べ」は、「一品食べ」ともいい、1つの料理を全部食べてから他の料理を一品ずつ食べていくことです。

和食は主食のごはんを中心に、いろいろな副食を交互に食べることによって口の中でよく味わうことができますので、交互に食べるようにしましょう。

給食でも、白いごはんを副食(おかず)で食べる献立が多く登場します。ぱっかり食べにならないよう、心がけましょう。

