

新学期がスタートし、新しい生活に慣れてきたころでしょうか…。給食センターでは、「はなわこども園幼稚部・笹原幼稚園・埴小学校・笹原小学校・埴中学校」合わせて 約 740 名分の給食を 8 名の調理員さんで作っています。衛生面には十分注意して、安全でおいしい給食を提供できるよう日々がんばっています。今年度もよろしくお祈りします。

埴町の給食

主食

月、水、木、金曜日…ごはん 埴町産コシヒカリ使用

棚倉町の藤屋パン屋さんに委託しています。

火曜日……………パン 棚倉町の藤屋パン屋さんに委託しています。

火曜日(月1～2回)…めん 玉川村の釘屋さんに委託しています。



副食

主菜、副菜、汁物などのおかずです。

埴町で生産された食材も取り入れています。調理法も焼き物、炒め物、煮物、蒸し物などさまざまです。



牛乳

毎日パック牛乳がつきます。成長期のみなさんに必要な栄養素がたくさん含まれています。

各地に伝わる端午の節句のお菓子



五月晴れの空に、鯉のぼりが元気よく泳ぐ姿を目にする季節になりました。5月5日の「端午の節句」は、男子の健やかな成長を願ってお祝いをする伝統行事です。端午の節句に食べる行事食といえば、「かしわもち」と「ちまき」が代表的ですが、ほかにも地域によってさまざまなお菓子が親しまれています。



べこもち
ほっかいどう
(北海道)



べこもち
あおもりけん
(青森県)



ほおばま
朴葉巻き
ながのけん
(長野県)



さんかく
三角ちまき
にいがたけん
(新潟県)



むぎ
麦だんご
とくしまけん
(徳島県)



こいがし
鯉菓子
ながさきけん
(長崎県)



くじら
鯨ようかん
みやざきけん
(宮崎県)



あくまき
かこしまけん
(鹿児島県)



～学校給食放射性物質測定結果のお知らせ～

給食センターでは週1回程度、放射性物質測定を行っています。

検査結果については『給食だより』でお知らせします。

4/10、4/17、4/24

[セシウム 134, セシウム 137 検出せず]


「好き嫌い」があるとどうなるの？

みなさんは、きれいな食べ物、どうしても食べられないものがありますか？
きれいな食べ物としてよくあげられるのは、ピーマン、トマト、なす、しいたけ、ゴーヤなどです。

好きなものばかり食べていると栄養が偏ってしまい、肥満などの生活習慣病になってしまうこともあります。「きれいだから絶対に食べない！」と決めつけるのではなく、「いつか食べられるようになるかも！」と考え、食べる努力をしてみましょう。



「好き嫌い」をなくすポイント！

<p>① まずは、 ひとくちた 一口食べてみよう！</p>	<p>けいけん 経験をつんだり、大人になったりすると 食べられるようになることがあります、まずは ひとくち 一口から始めてみましょう。</p>
<p>② 自分で料理をしてみよう！</p> 	<p>じぶんじしん 自分で食材に触れると、愛情がわき、お いしく味わうことができます。</p>
<p>③ いろいろな料理で食べてみよう！</p> 	<p>いろいろな料理を食べることで味覚に良い 影響を与え、たのしく味わうことができます。</p>
<p>④ 旬の食材を食べよう！</p>	<p>旬の食材は、新鮮で栄養価が高く、味もおいしいです。</p>
<p>⑤ お腹をすかせてから 食べよう！</p>	<p>お腹がすいていないときに、苦手なものを 残してしまいがちです。運動後など、お腹がすいて いるときには苦手なものでもおいしく感じられる ことがあります。</p>

年齢が上がるにつれて食べられるようになる!?

実は、味覚は年を重ねるたびに変わっていきます。前は食べられなかったものがだんだん食べられるようになることもあります。わさびやからし、ピーマン、ゴーヤ、しいたけなど、今は苦手でも美味しいと感じるようになる時がくるかもしれない。そのために、食わず嫌いをせずに、今からいろいろな食べ物を食べて様々な味を感じていきましょう！



はじめまして！栄養士の鏡味 柚です。私自身、苦手な食べ物がたくさんありました。「大人になる」、「年を重ねていく」ということは、美味しいと感じるものが増えていくことかもしれません。みなさんにおいしい給食を提供できるよう頑張ります。いつでも気軽に声をかけてください😊