

4月 給食だより

令和7年4月7日
北区立飛鳥中学校
校長 高田 勝喜

ご入学・ご進級おめでとうございます。

春のやわらかな陽ざしの中、新しい年度が始まりました。

給食は、成長期の体を支える大切な食事であるとともに、食事の楽しさや食文化を学ぶ場でもあります。今年度も、安全な給食をお届けできるよう、給食スタッフ一同、心を込めて取り組んでまいります。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

給食の目標 給食は食を通してさまざまなことを学ぶ時間

学校給食 7つの目標 	① バランスのとれた食事 で健康な体づくり	② 日常生活における食事 について理解を深め、望ましい 食習慣を養う	③ 学校生活を充実させ、 社交性と協調性を育む
④ 自然の恵みに感謝し、 環境を大切にする	⑤ 食生活が多くの人々の 労働に支えられていることを 理解する	⑥ 日本や各地域の伝統的な 食文化について理解を深める	⑦ 食料の生産、流通及び消費 について理解する

献立メモ 旬の食材を使った4月の献立

春野菜がおいしい季節になりました。4月の給食では、春が旬の食材を使った献立を提供する予定です。みんなで春を味わいましょう。

『春キャベツ』



春キャベツの特徴は、やわらかい葉と甘みです。生でもおいしいですが、火を通すことでさらに甘みが増します。サラダや味噌汁には春キャベツを使用予定です。

『タケノコ』



タケノコは竹の地下茎から出てくる若い芽で、シャキシャキした食感が特徴です。春の味覚『若竹汁』を味わってみてください。

レシピ 『いちごドレッシング』で春サラダ



【材料】

- いちご … 4～5個 (約50g)
- 酢 … 大さじ1
- 油 … 大さじ1
- はちみつ … 小さじ1
- 塩 … ひとつまみ

【作り方】

- いちごをフォークでつぶす。
(なめらかにしたい場合はミキサーを使うのがおすすめ)
- 酢・油・はちみつ・塩を加えてよく混ぜる。

お願い

保護者のみなさまへ



給食当番の着る白衣は、クラス全員で使います。週末に持ち帰ってきた白衣と帽子は洗濯やアイロンがけをし、次に使う生徒が気持ちよく使えるようご協力をお願いします。ボタンが取れかかっている場合は、付け直しをお願いします。