

1 子どもたちの健康を育む おいしい給食・食育の推進

あだちの給食は、ただ“おいしい”だけではありません。給食を“生きた教材”として、生産者や調理に関わる人々への感謝の気持ちや、食に関する学びを大切にしているのが足立区の「おいしい給食」です。その結果、小・中学校の総残菜量が平成20年度の38.1tから、令和4年度には11.5tと約3分の1にまで減少しています。また、子どもの時期から簡単でもバランスの取れた食生活を可能とする“3つの実践力”を「**あだち食のスタンダード**」と名付け、就学前から中学校卒業まで、段階に合わせた食育を推進し、子どもたちの望ましい食生活の定着に取り組んでいます。



● 中学校3年生までの食生活が未来の自分を守る！

あだち食のスタンダード

- 実践力1** 1日3食野菜を食べるなど望ましい食習慣を身につける
- 実践力2** 栄養バランスのよい食事を選択できる
- 実践力3** 簡単な料理を作ることができる
(ご飯が炊ける、味噌汁が作れる、目玉焼き程度が作れる)



● 「おいしい給食日本一」をめざした主な取り組み

- ・ **もりもり給食ウィーク (年2回実施)**
給食を残さず、おいしく食べようと学校全体で取り組む1週間です。
- ・ **給食メニューコンクール (年1回 夏休み)**
区内の小・中学生を対象に、テーマに沿った給食メニューを考えてもらうことで、給食に対する意識を高め、自ら調理することで作り手への感謝の気持ちも育みます。
- ・ **小松菜給食 (年1回 11月頃)**
JA 東京スマイルより足立区産の「小松菜」を無償提供していただき、全小・中学校で一斉に実施します。
- ・ **野菜の日 (毎月)**
学校ごとに給食で旬の野菜のおいしさを味わうとともに、給食だより等で家庭用レシピを提供し、家庭への啓発を行っています。

2 学校給食は生きた教材です

足立区の学校給食は、できたてを食べてもらえるように、各校の給食室で作っています。集団生活の中で友だちと一緒に給食を食べることにより、子どもたちは初めての料理や苦手なものにも挑戦してみよう、食べてみたらおいしいね、バランスよく食べるのは大切だね、とさまざまなことを学んでいます。



3 学校給食の献立について

成長期の子どもたちの健康な身体をつくるために必要な栄養価・食品のバランスを満たすように、また、味付けや食文化をふまえながら、各校の栄養士が献立を作っています。



4 安全・安心でおいしい給食のために

● 安全な食材を購入しています。

- 野菜、果物、肉類などの食材は、できる限り国内産のものを使っています。また、各学校のホームページでは産地を公表しています。
- できる限り無着色、無添加の食材を使っています。



● 自然の味を大切に、薄味を基本としています。

- だし汁、スープは献立に合わせて、鶏がら、豚骨、削り節、煮干し、昆布などからとっています。化学調味料は使用していません。

● 衛生に気をつけています。(食中毒などの予防のため)

- すべて当日に調理しています。
- 果物や一部の食材(飲用牛乳、ヨーグルト、マヨネーズ等)を除き、すべての食品に火を通しています。サラダ類もすべてゆでた野菜で、ドレッシング等も加熱しています。



● すべて手作りし、温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちにを心がけています。

- 調理済みの加工品(コロッケ・シュウマイ・ゼリー等)は使用せず、すべて手作りしています。

● 食物アレルギー等の児童生徒には、原因となる食品の除去食を作っています。

- 医師の診断に基づいた除去食を提供しています。

※ 除去食で対応しきれない場合は、お弁当を持参していただくことになります。

Aメール に登録して、

栄養士 **おすすめレシピ** を get !

「Aメール」とは、ご登録いただいたメールアドレス宛に足立区の情報をお送りするメール配信サービスです。

▶このほか「災害情報・気象警報」、「防犯・防火情報」などがあります。

おすすめレシピ の内容

★足立区のおいしい給食★

給食の献立を
家庭用にアレンジしたレシピ

★野菜をおいしく食べるレシピ★

野菜が100g以上入った
簡単レシピ

足立区のホームページから
ご登録いただけます。

足立区 Aメール 検索

で検索!!

問い合わせ先：学務課学校給食係

電話3880-5975 (直通)

学務課おいしい給食担当

電話3880-5427 (直通)