

給食だより 4月号

令和7年4月7日(月)
足立区立亀田小学校
校長 井上 龍夫
栄養士 濱園 愛

ご入学・ご進級おめでとうございます。

学校給食では、子供たち一人一人の体と心の成長を支えるために、安心・安全で栄養のバランスがよい、おいしい給食を提供していきます。

また、徹底した衛生管理のもと、食中毒や食物アレルギー事故の防止にも努めてまいります。1年間よろしくお願いいたします。



学校における食育とは



食育は生きるうえでの基本で、知育・徳育・体育の基礎となるべきものとされています。学校においては、学校給食や食に関する指導を通して、子供たちが望ましい食習慣や食に関する知識を身に付けられるように指導していきます。

毎月の献立表をご確認ください



献立表には、献立名や使用している食材などが書かれています。食べたことがない食材があったときは、ぜひご家庭で一度食べてみてください。

また、給食は栄養バランスを考えて作られているので、ご家庭の献立の参考にいただければと思います。

※献立表はC4th H&Sでも配信します。

給食室の紹介

栄養士：濱園 愛 調理業者：中央エンタープライズ(株)

今年度も、安全・安心・おいしい・楽しい給食を提供できるよう努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

亀田小のホームページにて、給食の紹介をしております。ぜひご覧ください。



野菜の日メニュー(春キャベツ) 春キャベツのマカロニサラダ



材料(4人分)

キャベツ(短冊切り)	葉(中) 3枚	酢	}	大さじ 1/2 強
きゅうり(輪切り)	1/2本	サラダ油		小さじ 1強
にんじん(千切り)	1/3本	塩	A	小さじ 1/3
ハム(短冊切り)	3枚	こしょう		少々
マカロニ	}	30g	砂糖	小さじ 1/2
サラダ油		小さじ 1/2	レモン汁	小さじ 1

作り方

- ① マカロニを表示より1分長くボイルし、水にさらしてサラダ油をまぶす。
- ② 人参・キャベツはボイルし、水にさらす。ざるにあげて水気を切る。
- ③ Aの材料を混ぜ合わせ、電子レンジで10秒加熱する。
- ④ きゅうり・ハム・①・②・③をよくあえたら完成!



●リボンパスタを使うと、より春らしいサラダになりますよ!