

しょくいくだより

令和 6 年 4 月

京田辺市学校給食委員会



にゅうがく しんきゅう
ご入学・ご進級

おめでとう

ございます



入学、進級をむかえ、新しい学年での学校生活が始まりました。もうすぐ、給食も始まります。京田辺市の給食を紹介します。

こんだて 献立について

きょうたなべし しょうがっこく きゅうしょく おな こんだて えい
京田辺市9つの小学校の給食は同じ献立です。栄
ようりょう がっこうきゅうしょくいよいよせしゆ きじゅん したが
養量は学校給食栄養摂取基準に従っています。ま
た、こんだてさくせい さまざま しょくざい りょうり だ
献立作成では、様々な食材でいろいろな料理を出
す、苦手なものも取り入れる、旬の食材を使用する、
か ごた りょうり だ ちさん ちしう ちや つか
噛み応えのある料理を出す、地産地消やお茶を使った
こんだて ていきょう きほん
献立の提供などを基本としています。

しゅしょく ふくしょく 主食・副食について

主食の米は地元産のものを使い、学校の給食室で炊いています。月に1~2回、パンが登場します。副食については、化学調味料は使用せず、煮干し、かつお節などでだしをとっています。おかずも手作りを中心とし、京田辺市でとれる野菜やみそをできる範囲で使っています。

きゅうしょく れい 給食の例です



きゅうしょく しょうかい 給食レシピの紹介

がっこうきゅうしょくじっしこんだてし
学校給食で実施されている献立を、市のホーム
ページにのせています。材料や作り方、出来上がり
りの写真などを紹介しているので、人気献立をご
家庭でも作ってみてください。

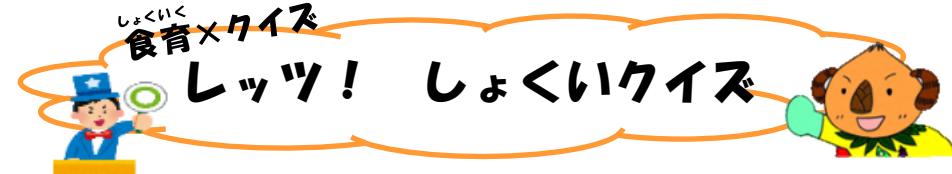
みぎ 右の二次元コードを
よ 読んでください。



きゅうしょく た
給食で食べる、さ
むたくごはんやガバ
つく
オライスなどの作り
かたわ
方が分かります♪

こんだてひよう はいふ 献立表の配布

まいつき 毎月の 給食献立表で、 献立名や使用食材、 旬の 食材などをお知らせします。



よくかんで食べると、体にとっていいことがいろいろあります。その
頭文字をとった、「ひみこのはがいーぜ」という合言葉があります。「ひ」
は肥満予防になる。「み」は味覚が発達する。「こ」は言葉の発音がはっ
きりする。では、「の」はどのような効果でしょうか。

①のう はったつ のう おお
①脳が発達する ②のみこみやすくなる ③脳が大きくなる

