

栄養たっぷりの給食を届けています

田村市や福島県産メニュー「福&たむ献立」



市学校給食センターでは、地元の新鮮な食材を使い、地産地消に取り組んでいます。

たむちゃんサラダ

旬の田村市のさつまいも、キャベツを使用しています。

豚肉のじゅうねんみそ焼き

都路の豚肉、船引のエゴマを使用しています。

牛乳

福島県産の牛乳です。

ハム工房都路



ごはん

田村市産ひとめぼれ100%です。

田村市野菜のみそ汁

旬の田村市の大根、白菜、ねぎ、滝根町の豆腐、みそを使用しています。

松や農園



田村市エゴマ振興協議会



栄養士さんインタビュー



主任栄養技師

菅野 こふみ

山田 香織

Q、献立作りに力を入れているところを教えてください。

A、栄養バランスはもちろんですが、できる限り地元の食材を使用し、手づくりのメニューを増やし、子どもたちが給食を楽しみに待っていてくれるよう心掛けています。

Q、偏食や給食の食べ残しを減らすために、どんな取り組みをしていますか？

A、給食のカレーの中にナスやピーマンを入れた夏野菜カレーでは、知らず知らずの間に完食している子どももいます。また、食べ物の働きや成長に必要な栄養素を指導しています。

学校給食は

1食で、子どもたちの成長にとって必要な1日の栄養素のうちの約3分の1を摂取できるよう、毎日の献立を作っています。献立作りでは、特に不足になりやすいカルシウムや鉄分、食物繊維などをバランスよくとれるように心がけています。

給食1食分で換算した栄養素

(小学校中学年分の場合)

- タンパク質……納豆4パック分
- ビタミンC……みかん1個分
- 鉄分……小松菜1束半分
- カルシウム……牛乳1.5本分
- 食物繊維……ゴボウ1/2本分

給食センターのはじまり

市の給食は、平成24年1月から市内の市立小中学校、幼稚園に給食を提供しています。

栄養バランスのとれた給食を提供し、生涯にわたって健康で生き生きとした生活を送ることができる子どもの育成を目指しています。多子世帯を応援するため、義務教育期間の第2子以降、給食費無償化を実施しています。



学校給食は生産者や栄養士など、さまざまな人に支えられています。今月号では、学校給食を作っている「学校給食センター」にスポットを当てて、ご紹介します。

学校給食はどうやって作られるの？

午前8時～

食品検収・下処理



午前10時～

仕上げ



午前10時40分～

出来上がり → 学校に配送



いただきます!



給食センターで工夫していること

- ・手作りのグラタンやプリン、タルトなどのメニューを増やしています。
- ・地元野菜をなるべく多く使用するようにしています。
- ・テーブルマナー給食やバイキング給食を実施しています。
- ・子どもたちの希望献立の日があります。

給食に関する児童生徒の反応

給食は好きですか



【主な感想】  
・好きなものも嫌いなものも食べられるので良い。  
・家では食べられないものが出てくるので、うれしい。

★5年12月実施 小5・中2対象 学校給食についてのアンケートより

特集 学校給食ができるまで