3月

令和6年3月11日発行
北会津地区学校給食センター

今月の目標
１年間の給食を振り返ろう

１年間、ありがとうございました

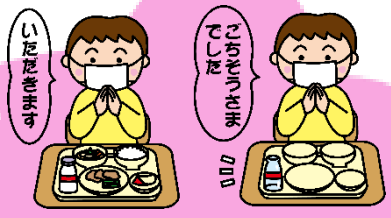
今年度の学校給食も荒舘小学校、大戸小学校が１９日（火）川南小学校、北会津中学校、大戸中学校は２１日（木）で終了です。

今年度も地域の食材を活用しながら、安全でおいしい給食づくりに取り組んで参りました。給食運営に　ご理解、ご協力くださった保護者の皆様、支えてくださった納入業者や地域の皆様に感謝申し上げます。１年間大変お世話になりました。

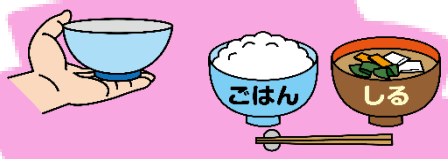
卒業生の皆さんは、いよいよ卒業…。特に中学３年生の皆さんは、給食ともお別れです。日々の給食から、どのようなことを感じ、学びましたか？　食べることを大切にするということは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。

１年間の給食を振り返ってみよう！

素早く静かに
給食の準備ができた



「いただきます」
「ごちそうさまでした」の
あいさつがきちんとできた



食器の置く位置や正しい
持ち方を意識できた

姿勢正しく、静かに
食べることができた

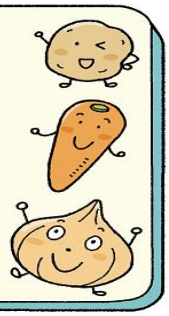
食材や料理に興味を
もつことができた

自分に必要な量を意識して
なるべく残さず食べられた

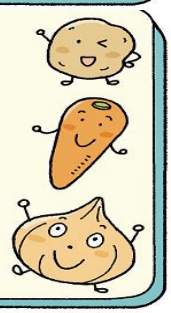
北会津給食センター人気メニューベスト5

（各学校の学年・学級からそれぞれ人気メニューベスト３を出していただき、それをもとに集計しました。）

〈主食部門〉	〈主菜部門〉
第１位　ココア揚げパン	第１位　鶏肉のからあげ
第２位　カレーライス	第２位　ハンバーグ
第３位　キムチごはん	第３位　鶏肉の照り焼き
第４位　わかめごはん	第４位　鶏肉のトマトソース煮
第５位　ミートソース	第５位　鶏肉のコーンフレーク焼き



〈副菜部門〉	〈デザート部門〉
第１位　ポテトサラダ	第１位　フルーツポンチ
第２位　りっちゃんサラダ	第２位　プリン
第３位　ミネストローネ（ABC マカロニ入り）	第３位　ケーキ
第４位　なめこ汁	第４位　いちご
第５位　イタリアンサラダ	第５位　ゼリー



次年度も、小中学生の希望を取り入れながら、栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思います。

＜　１年間の給食についての感想　＞

☆ すごくおいしい給食を食べていたんだと実感した。☆ いつもおいしく食べられてうれしい。
☆ 出来立てでおいしい。☆ おいしく作ってくれてありがとう。☆ がんばってください。
☆ 苦手な食べ物にも挑戦して克服できるようになってきました。
☆ 野菜が苦手でも残さず食べられました。☆メロンパンがでるとうれしい。
☆ ６年間作ってくださりありがとうございました。残りもよろしくお願いします。
☆ デザートやミルメークの量を増やしてほしい。☆ 給食の時間が楽しみです。
☆ 苦手なメニューがあっても、減らしながらも完食めざして楽しみながら食べています。
☆ 味加減がちょうどよくておいしい。感謝して食べています。
☆ 中学校に行っても食べられるので嬉しいです。（中学校でも楽しみ）
☆ ホタテグラタンの味付けが濃かった。☆ 麺の日が嬉しい。
☆ すべておいしい。☆ 残さなくなった。☆ 良い思い出ができた。☆ サラダが毎日おいしい。
☆ いつもおいしくて学校に来る理由の一つになっています。☆ 毎日おかわりしている。
☆ 栄養バランスが考えられていて素晴らしいし、おいしいというメリットがある。

クッキング　鶏肉のコーンフレーク焼き

＜材料＞　4人分

鶏肉もも皮なし切り身６０ｇ	４切れ
塩・こしょう	少々
マヨネーズ	４０ｇ
コーンフレーク	４０ｇ

＜作り方＞

① 鶏肉に塩・こしょうし、マヨネーズを全体にむらなくつける。
② コーンフレークを軽く砕き、①にまんべんなくつける。
③ ２００℃に加熱したオーブンで、きつね色になるまで１５分くらい焼く。

クッキング　イタリアンサラダ

＜材料＞　4人分

キャベツ１２０ｇ　きゅうり５０ｇ　パイン缶４０ｇ
ドライサラミ　３０ｇ　プロセスチーズ　２０ｇ
きび砂糖 2.5ｇ（小さじ 1/2）　サラダ油　１０ｇ（大さじ2/３）　りんご酢　１０ｇ（大さじ2/３）　塩 1.2ｇ（小さじ 1/4 くらい）

＜作り方＞

① キャベツは短冊切り、きゅうりは輪切り、パイン缶は輪切りのものだったら８等分、ドライサラミは千切り、チーズは５mm角にする。
② 合わせた調味料で①を和える。
＊ **給食では野菜は軽くボイルします。**

小中学生のみなさんへ

１ 春休みも規則正しい生活で、朝・昼・夕、一日三食きちんと食べて、元気に過ごしましょう。
２ カルシウムが不足しないように、春休み中も毎日コップ１杯、牛乳を飲みましょう。
３ おやつの食べ過ぎに気をつけましょう。
４ 食事の準備や後片付けなどのお手伝いをしましょう。自分で朝食を作るのもいいですね。