



# 4月 きゅうしょくだより



食育ビクトグラム

だざいふしがっこうきゅうしょくかい  
太宰府市学校給食会

## ☆ 太宰府市の学校給食について ☆

### 《 麦ごはん 》



げつ・かすい・きんようび・べいはんきゅうしょく  
筑紫地区で収穫された『夢つくし』と  
福岡県産の大麦を使っています。

### 《 パン類 》



もくようびがパン給食です。福岡県産の小麦  
『ミナミノカオリ』を使った県産小麦パンや  
福岡県産の米粉を使った米粉パンなども  
登場します。

### 《 牛乳 》



福岡県産の新鮮  
な牛乳が毎日登場  
します。

### 《 野菜、肉、こんにゃくなど 》



毎朝、その日に使用する分だけを届けてもらっています。  
そのため、どれも新鮮なものばかりです。  
福岡県産・地元産の食材を使用するように努めています。

## ～テーマ献立の紹介～

太宰府市の給食では、毎日の給食にねらいをもって献立を作成しています。今年度は次のようなテーマを設けています。

### だざいふの日(毎月19日の食育の日)

食育の日である19日前後に、太宰府市  
でとれる食べ物や昔から食べられてきた  
料理を知らせます。また太宰府市と姉妹  
都市や友好都市との結びつき、歴史を  
知らせます。

### 朝ごはん献立

朝ごはんにおすすめの  
献立をとおして、朝ごは  
んの役割や望ましい朝  
ごはんの内容について  
知らせます。

### かみかみ献立

かみごたえのある食品  
を取り入れ、よくかんで  
食べることを体得させま  
す。かむ効果も知らせて  
いきます。

### 食物せんい献立

子どもたちに不足  
しがちな栄養素である  
食物せんいを積極的に  
に取り入れます。

### 郷土料理

日本各地の風土に根付  
いた食文化の特徴、特産  
品、料理について紹介し  
ます。太宰府市の友好都  
市の料理も  
登場します。

### 世界の料理

世界各国の食  
文化や特徴、料  
理などを紹介  
します。

### 行事食

昔から受け継がれて  
きた行事食の由来や  
食文化について紹介  
します。

### お楽しみ献立

献立は当日の給食  
の時間までひみつに  
しておきます。

### リザーブ給食

事前に、デザートやお  
かずを2～3種類の中か  
ら、栄養価や好みを考え  
て、自分で選びます。

## 今月の献立より

### ☆鶏の照り煮☆

給食でも人気の料理です。簡単に作ることができるので、お休みの日にお子さんと一緒に作って  
みるのもいいですね。

#### <材料(4人分)>

鶏もも肉	2枚	A	料理酒	おお	大さじ1
サラダ油	大さじ1		砂糖	おお	大さじ2
しょうが	ひとかけ		濃口醤油	おお	大さじ2
片栗粉	小さじ1		みりん	おお	大さじ1
水	小さじ2		水	おお	大さじ1

※調味料は、お好みで調整してください。

#### <作り方>

- 鶏肉は食べやすい大きさに切る。
  - しょうがはすりおろす。
  - 片栗粉を水で溶いておく。
  - Aの調味料と、②のしょうがを混ぜ合わせる。
  - フライパンにサラダ油をひき、鶏肉を炒める。  
鶏肉の色が変わってきたら、調味料を入れて煮込む。
  - 火が通ったら③の片栗粉を加え、一煮立ちさせとろみがついたら火を止める。
- 

2年生～6年生は9日(木)、1年生は17日(金)から給食が始まります。