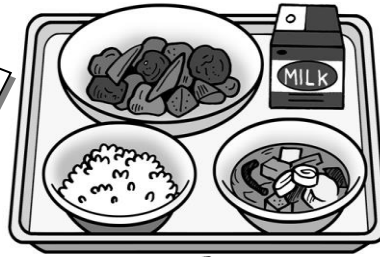


希望に満ちた春、それぞれ新しい学年にすすみ新学期がスタートしました。新しい学年、新しい教室、新しい教科書と、気持ちまで新しくなりますね。4月は環境の違いから、心身ともに疲れやすくなる時期でもあります。朝ご飯をしっかり食べて、元気に登校しましょう。

学校給食

学校教育の一環として実施しています

主に体の組織をつくる（たんぱく質・カルシウム）、主にエネルギーになる（脂質・炭水化物）、主に体の調子を整える（ビタミン）といった働きのある栄養はもちろん、塩分や食物繊維などの摂取量についても配慮されています。



安全安心な食材を使用し、地産地消に取り組んでいます。

給食費は全て食材料のみに使います。

鹿沼市では、行事食やさつきランチ（鹿沼特産物献立）、旬のお魚ランチ（魚が主菜の献立）などが登場します。

学校給食の7つの目標

<p>①適切な栄養の摂取による健康の保持増進を図ること。</p>	<p>②日常生活における食事について正しい理解を深め、健全な食生活を営むことができる判断力を培い、及び望ましい食習慣を養うこと。</p>	<p>③学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと。</p>	<p>④食生活が自然の恩恵の上に成り立つものであることについての理解を深め、生命及び自然を尊重する精神並びに環境の保全に寄与する態度を養うこと。</p>
<p>⑤食生活が食にかかわる人々の様々な活動に支えられていることについての理解を深め、勤労を重んずる態度を養うこと。</p>	<p>⑥我が国や各地域の優れた伝統的な食文化についての理解を深めること。</p>	<p>⑦食料の生産、流通及び消費について、正しい理解に導くこと。</p>	

給食メニュー紹介 今月のメニューは、「のっぺい汁」です。



【材料(4人分)】

- 鶏ムネ肉 60g
- おろし生姜 小さじ1/2
- だいこん 100g
- さといも 80g
- にんじん 50g
- 干しいたけ 4g
- 豆腐 100g
- ねぎ 50g
- だしの素 小さじ1 塩 少々
- しょうゆ 大さじ1/2
- 水 500cc でん粉 小さじ2

【作り方】

- ① 鶏肉は一口大に切り、おろし生姜をまぶしておく。
- ② だいこん、にんじんはいちょう切り、さといもは半月切り、干しいたけは戻して干切り、豆腐は1.5cm角、ねぎは小口切りにする。
- ③ 鍋に湯を沸かし鶏肉を入れる。表面の色が変わったらにんじん、だいこん、しいたけを入れて煮る。
- ④ さといもを加え、野菜に火が通ったら豆腐を入れる。
- ⑤ 調味料を入れて味をととのえ、ねぎを加える。
- ⑥ 最後に水溶きでん粉を入れてとろみがついたら出来上がり。