



宇土 ぱくぱく通信

給食センター
作成者：松本

学校給食とは

学校給食は、単なる食事の時間ではなく、「学校給食法」に基づき実施される教育活動です。栄養バランスのとれた食事を提供することで、成長期にある子供たちの健全な発達を支えることはもちろん、健康によい食事や食文化、地場産物、食事のマナーなど、さまざまなことを学ぶための時間です。ぜひ、ご家庭でも、給食の話題に触れてみてくださいね。

栄養教諭のお仕事

栄養教諭は、給食調理場の衛生管理業務、給食の献立作成・発注等の給食管理業務、食に関する指導の業務を行います。安全安心でおいしい給食づくりはもとより、食に関する情報発信や各学校・園での授業や講話など食育にも力を入れています。



栄養教諭
山下 史華
(やました ふみか)
所属：宇土東小学校

栄養教諭
松本 美紀子
(まつもと みきこ)
所属：鶴城中学校

栄養教諭
松尾 夕貴
(まつお ゆうき)
所属：宇土小学校



【宇土市 HP】



【Instagram】

献立表や給食だよりは、宇土市ホームページにてPDFでご覧いただけます。毎日の給食写真は Instagram にもアップしていますので、ぜひご覧いただき、ご家庭での話題にしていだけたらうれしいです。

【地産地消】
できるだけ宇土産、熊本県産を使用しています！

【牛乳】
成長期に大切なカルシウムがたっぷり！毎日つきます。



【ご飯・パン】
米飯週4回（定期的に混ぜご飯を実施）
パン週1回（4月の3週目は週2回パンの日を実施）

今後、リクエスト給食やセレクト給食など楽しみも取り入れながら、献立を工夫していきます！

毎日おいしい給食をお届けします

Let's Cook!

給食レシピ

4月の給食メニュー

サラ玉と甘夏のサラダ

- <材料> 4人分**
- 甘夏みかん 120g(中1/2個)
 - きゅうり 60g(中2/3本)
 - キャベツ 60g(大1枚)
 - サラダ玉ねぎ 60g(中1/2個)
 - ベビーチーズ 20g(約2個)
 - サラダ油 小2
 - 砂糖 小1/2強
 - 穀物酢 大1強
 - うすくちしょうゆ 小1
 - 食塩 少々(味をみながら調整)
 - 白こしょう 少々

- <作り方>**
- 甘夏みかんは、上下を切り落とし、甘夏をまわしながら円を書くように包丁で皮と白い部分をむく。実と薄皮の間にV字に切り込みを入れ、実を取り出して種を取り除いておく。
 - きゅうりは3mm程度の輪切り、サラダ玉ねぎは2mm程度にスライスして塩もみ(分量外)し、水気をしぼっておく。キャベツは10mm程度の細切りにしてざっとゆで、ざるに広げて冷ます。
 - ベビーチーズは、5mm程度のサイコロ状に切る。
 - サラダ油から白こしょうまでの調味料をよく混ぜ合わせておき、食べる直前に甘夏みかん・野菜・チーズとしっかり混ぜ合わせて出来上がり。



ミニトマトの洗浄作業の様子



レタスの下処理作業の様子



柿の切裁作業の様子



和え物調理作業の様子

今年度も衛生管理を徹底し、安全安心でおいしい給食を調理職員一丸となって提供していけるように頑張ります！



宇土市学校給食センターは、国道五七号線沿い、緑川駅より1kmほど東にあります。宇土市内の全小学校・中学校・幼稚園に給食をお届けしています。

【配送校】
小学校 7校
中学校 3校
幼稚園 2園

【食数】
3400食

【調理員等数】
所長・事務 4名
栄養教諭 3名
調理・配送 26名

★甘夏みかんも春が旬の柑橘です。甘夏みかん和サラダ玉ねぎの甘みがおいしいサラダです。