

# 給食センターからこんにちは！

西郷村学校  
給食センター  
食育だより  
令和元年 7月号

県内も入梅し、気温・湿度ともに高くなり暑い日が続くようになってきましたが、まだ日々の寒暖差が大きく体調を崩しやすい時期です。また、気温・湿度の高い中での運動や勉強は体力を余計に消耗し、体のだるさや疲れを感じやすくなります。食事からしっかり栄養補給をして、暑さや気温の変化に負けないようにしましょう。

## ～西郷村の学校給食を紹介します～



○西郷村の学校給食は・・・

昭和53年4月から始まりました。今年度は小学校5校、中学校3校、幼稚園1園、約1850人分の給食を15名の調理師・調理員で年間201日作っています。(給食センター職員は先月紹介させていただきました)

主食はご飯が週4回、パンの日が木曜日で米粉を使用したにこにこパン(米粉パン)も食べられます。麺は月に1回です。牛乳は発育期の児童生徒の栄養補給に欠かせないカルシウムやたんぱく質を効率よく摂取するため毎日出ます。おかずは野菜や肉・魚・デザートなど栄養のバランスや嗜好を考えています。また、食材については放射性物質検査を行い、安全を確認しながら地産地消も進めています。

### \* 給食センターへようこそ！ \*

生活科の学習で、各学校の2年生を中心に給食センターに見学学習に来てくれました。給食を作っている様子をはじめて見た子どもたちは、大きな調理器具やたくさんの材料に驚いていました。これからも子どもたちの健やかな成長のため、安全安心そしておいしい給食作りに努めていきます。見学学習ありがとうございました。

#### 給食センターの様子！



毎朝新鮮な食材  
が納入されます

食材はとてい  
ねいに洗います



大きな釜でみそ  
汁を作ります



川谷小学校1, 2年生



羽太小学校2年生



熊倉小学校2年生

