

湧別町産のほたてを寄贈していただきました！

今年度も、町内の寺本商店様より、たくさんのほたて(冷凍貝柱)を寄贈していただきました。

湧別町の子どもたちに、地元でとれたほたてを食べてもらいたいとの思いで、毎年寄贈して下さっています。

地元の産物を知り、自然の恵みの大切さを感じ、湧別町の学校給食が地域の方々から支えられていることを

忘れずに、感謝していただきましょう。

寄贈していただいた500kgのほたては、3月までの1年間、給食のメニューとして登場します。

昨年度のアンケートでも「あんかけ焼きそば」が人気でした。お楽しみにして下さい。



とても立派なほたてです！

ぎょうじしょく しん

しょうかい

行事食・新メニューのご紹介

1日(水) 子どもの日デザート

国産メロン果汁のゼリーと、泡状のムースを重ねたデザートです。混ぜて食べると、クリームソーダ風感じられる楽しいデザートです。

7日(火) ちゃんぽん麺

あんかけ焼きそばの麺を使用します。どんぶりに麺を入れてスープをかけて食べて下さい。スープには、豚肉、えび、いか、なると、キャベツ、もやし、人参が入っています。味つけには塩、ごま油、醤油、オイスターソース、豆乳が入ります。

9日(木)、23日(木) キャラメル揚げパン

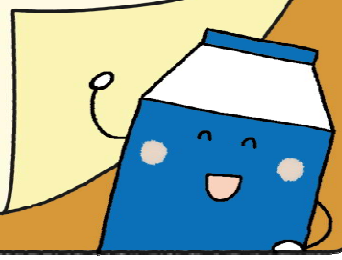
給食センターで揚げ、味つけをして出しています。上湧別方面、湧別方面に分けて提供しています。

16日(木) いかメンチカツ

いかの旨みと食感をお楽しみください。

29日(水) 鶏飯

奄美大島の郷土料理です。ごはん、具、スープをかけて食べます。



成長期に欠かせない たんぱく質

たんぱく質は、筋肉、内臓、血液、髪、つめ、骨、皮膚などをつくる重要な成分です。また、内臓などを正常に働かせるために必要なホルモンや酵素の原料でもあります。

たんぱく質を多く含む食品は、魚介類、肉類、大豆、卵などです。成長期に大切なたんぱく質をしっかりととりましょう。



成長期には、エネルギーや栄養素が必要です。栄養素はおもに、エネルギーになる炭水化物、体をつくるたんぱく質、調子をととのえるビタミンや無機質があります。