

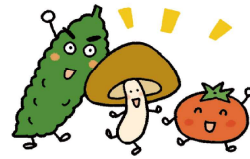
湧別町産のほたてを寄贈していただきました

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

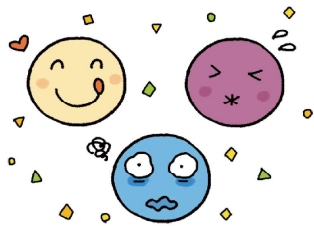
湧別町の子どもたちに、地元でとれたほたてを食べてもらいたいとの思いで、毎年寄贈して下さっています。地元の産物を知り、自然の恵みの大切さを感じ、湧別町の学校給食が地域の方々に支えられていることを忘れずに、感謝していただきますよう。

寄贈していただいた350kg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。

食品には、いろいろな栄養素が含まれています。食品によって含まれる栄養素の割合は違います。そのため、好ききらいはなるべくしないで、いろいろなものを食べてほしいと思います。すぐに好きになれなくても、まずは一口食べてみましょう。



生まれながらの好ききらいってあるの？



動物は体に必要なものを「おいしい」、有毒なものを「まずい」と感じます。そのため、エネルギーやアミノ酸を含む甘みやうまみ、塩などの塩みを好みます。一方、酸みや苦みを避けます。これは腐敗したものは酸っぱく、毒物は苦いものが多いためです。しかし、酸みや苦みのあるものでも、体験を重ねることで無害だとわかると、食べられるようになっていきます。

「おいしそう」を引き出す



子どもは初めて見る食べ物を避けることがあります。家族や仲のよい友だちがおいしそうに食べていると、初めて見る食べ物への不安が減り、「おいしそう」という気持ちを引き出すことにつながります。

いろいろな食べ物を食べられると世界が広がるよ！



栄養バランスのよい食事+カルシウムをとろう！

カルシウムは骨や歯のおもな構成成分で、不足すると骨粗しょう症などの原因になります。子どものうちから栄養バランスのよい食事を心がけて、カルシウムの多い食品をとることが大切です。



5月のメニューのご紹介

1日(金)

ちらしずし:きざみのりをかけて食べてください。

すまし汁:玉ねぎ、人参、干椎茸、えのきたけ、わかめが入っています。

こどもの日デザート:クリームソーダ風のゼリーです。

14日(木) 21日(木)

ココア揚げパン:給食センターでパンを揚げてココアをまぶしています。

15日(金)

雑穀:4月に提供予定だった赤飯です。スチームコンベクションオーブンをを使って作ります。

29日(金)

さんまのかりっと揚げ:味付けした道産さんまに片栗粉をまぶして揚げています。

