

平成27年5月22日

PTA会員の皆様

大阪市立墨江丘中学校
PTA会長 田中 謙次
保健委員会委員長 高橋 美衣子

中学校給食 試食会のお知らせ

若葉の候、会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
平素はPTA活動にご協力いただきありがとうございます。
さて、大阪市の中学校給食事業制度が始まり、今年度は1・2年生の全員喫食が実施されています。

中学校給食は『食』に対する意識を高め、『食』に対する正しい知識の習得を促し判断力を身につけ、『食』に対する自己の健康管理ができるることを目的にしています。毎日の献立は、栄養士さんにより子どもたちの成長に必要な栄養素の量やバランス、また、旬の食材や行事などが考慮され作成されています。

つきましては、より多くの方に学校給食の良さを知っていただこうと考え、試食会を下記の通り実施することにしました。お誘いあわせのうえ、ぜひご参加いただきますようよろしくお願い申し上げます。



記

日時：平成27年6月18日（木）

12:00～13:00

場所：本校 北館3F 多目的室

費用：100円（当日徴収します）

～試食会のメニュー～
・豚肉のみそ炒め
・赤平天とさといもの煮物
・もやしときゅうりのおひたし
・オクラの梅かか炒め

豚肉のみそ炒めは、
冷めてもおいしい
「かるしお」参考レシピです



申込受付：以下の申し込み用紙にご記入のうえ、5月25日（月）～6月1日（月）

の期間中、担当者（保健室：神山）までご提出ください。なお、定員になり次第受付を締め切らせていただきますのでご了承ください。

参加していただく方には、6月3日（水）までにご連絡させていただきます。

ご不明な点がございましたら、中学校までお問い合わせください（06-6674-3612 担当：神山）

……………きりとりせん……………

試食会申込書

PTA保健委員会 委員長様

平成27年6月18日（木）の試食会に申し込みます。

申込日平成27年 月 日

年 組 生徒名

保護者名 _____ 印 _____

領収書

金 100円

但し試食会代金として

大阪市立墨江丘中学校 PTA 印

※試食会当日に徴収します

試食会受付 No. _____

知っていますか？「かるしお」

「かるしお」とは、吹田市にある国立循環器病研究センターで開発された、塩を軽く使ってうまみを引き出す、新しい減塩の考え方です。

1食、塩分2g未満。これは、驚異的に少ない塩分量です。にもかかわらず、「国立循環器病研究センターの病院食は美味しい！」と、入院患者さんから大変な評判になり、今や「日本一美味しい病院食」として、テレビ、新聞でも取り上げられ、話題になっています。

大阪市の給食は毎回、健康的で栄養バランスのよい献立を作成していますが、平成26年11月から、この「かるしおレシピ」を給食に導入しています。毎月の献立表でチェック！してみてくださいね。



☆あなたの食生活の塩分をチェック！☆

- みそ汁やスープを1日2回は飲む。
- ちくわ・かまぼこ・ハムなどの加工品が好き。
- 梅干しや佃煮・漬物をいつも食べる。
- 外食することが多い。
- ご飯よりおかずをたくさん食べる。
- 市販のお惣菜やインスタント食品をよく食べる。
- うどんやラーメンなどのスープは半分以上飲む。
- おしゃりどんぶりものが大好き。
- 魚の干物や明太子などの塩蔵品をよく食べる。
- おせんべいやスナック菓子をよく食べる。

いくつあてはまりましたか？実は、ひとつでも当てはまつたら要注意！です。この10項目のほとんどに共通するのは、即塩分の取り過ぎにつながる食習慣です。

わたしたちの中学校給食が学校に届くまで



献立は、教育委員会でつくります。

- ・栄養のバランスを考える
- ・旬の食品を使う
- ・行事献立を取り入れる
- などに、気を付けています。



給食をつくるのは、民間の調理事業者です。大きな調理場で衛生に気をつけ、調理や盛り付けをします。

調理場に入る前にしなければいけないことがあります。

それは、ていねいな手洗い・消毒と、体からほこりや毛髪などを取り除くことです。



これは、エアーシャワーといい、通ると上、左右の三方の穴から風が吹き出て、ほこりなどを落してくれます。



できあがったおかずなどは、この急速冷却機で、すぐに冷やし、衛生的にみんなのもとに届くようにしています。



おいしく食べてくれるかな…。

自動に動く台の上を給食の容器が流れていきます。盛り付けをする人は、並んで決められたおかずを盛り付けていきます。



配膳室にある、保冷庫や保温庫です。

できあがった給食は、学校に届けられ、給食時間になるまで配膳室の保冷庫や保温庫で保管します。

