

4月 スクールランチ



近江八幡市教育委員会
学校給食センター
0748-37-5110



今月の食育目標

学校給食について知ろう！

学校給食は、子どもたちの健やかな成長を支えると共に、望ましい食習慣や食文化を学び、感謝の心や社会性を育みます。

近江八幡市の学校給食

近江八幡市では、学校・家庭・地域がつながり、子どもたちの健全な体と豊かな心をはぐくむ学校給食をめざして取り組んでいます。

★主食★

米は、近江八幡市産
「みずかがみ」を使用
パンは、月2回(水曜日)
めんは、月2回(木曜日)
*パン・めんは小麦は滋賀県産です。



★牛乳★

滋賀県産の牛乳です。
毎日1本(200ml)つきます。

★主菜・副菜・汁物★

- 旬の食材を取り入れ、季節感のある献立
- 新鮮でおいしい、地元の食材を積極的に使用
- 家庭で不足しがちな栄養素を補うため、豆類、芋類、海そう類、野菜、魚などを積極的に使用

重点的に取り組めます！



★素材の味を生かして減塩

★食品ロスの削減



給食豆知識

学校給食の献立は、食に関する年間計画に基づいて作成されています。年間計画では、食育目標や給食目標を設定し、教科と関連付けることで給食を生きた教材として活用しています。

★★★★★★特色ある献立の紹介★★★★★★

- 「はちまんの白」 毎月「8」のつく日に、地元の食材や郷土料理を味わう日
- 「減塩の白」 うす味で適塩の料理を味わい、減塩の大切さを考える日
- 「和食の白」 旬の食材や行事食を通して、和食のよさを見直す日
- 「かみかみの白」 かむことの大切さを意識して、よくかんで食べる日

学校給食の献立は、献立検討委員会にて決定されており、市内の幼稚園・小学校・中学校代表の保護者の方にも参加いただいています。
～参加された保護者の方の声～
給食っているいろいろ考えられていてすごい！
市内産のお米、県内産小麦のパンが食べられることもすごい！
ぜひ、試食会に参加したいな。



★今日から減塩！ ちょっとずつ★



～1日の塩分摂取量の目標値～

成人男性 7.5g未満 成人女性 6.5g未満 小学生 6g未満 中学生 6.5g未満

調味料の塩分量ってどれくらいあるのかな？

小さじ1あたりの塩分量(8訂食品成分表)

しょうゆ	ポン酢	ウスターソース	トマトケチャップ	マヨネーズ	酢
0.9g	0.5g	0.5g	0.2g	0.1g	0g

★塩分のとりすぎに注意しましょう！！★

給食レシピ

～4月30日のこんだてより～

たけのこのかつお炒め



旬のたけのこを使ったシンプルな炒め物です。かつおぶしの風味とうま味が加わり、ごはんがすすむ一品です。

詳しくは、「近江八幡 給食 レシピ」で検索してください。

近江八幡 給食 レシピ

