

センターだより



＜お願い＞

食器やスプーンは、みんなが気持ちよく使えるよう大切に近づきましょう。

しょうがくせいよう
小学生用

れいわ ねん がつこう
令和6年4月号

かわくちしりつがっこうきゅうしょく
川口市立学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます。新学期が始まりました。給食センターでは、みなさんが
げんき せいちょう ほしいという願いを込めてこんだてを作成し、安全で安心な給食を作っています。

また、旬の食材を使った季節のこんだてや行事食なども提供します。しっかりと食べて、元気に
すごしましょう。

こんねんど
今年度のこんだてのテーマ



しょうぶ からだ
丈夫な体をつくろう！

1学期は減塩についてです。食塩をたくさんとってしまうと
びょうきになりやすく、日ごろから薄味の食事に慣れておくことが
大切になってきます。

こんげつ げんえん
今月の減塩ポイント

しょうえん おお ふく しょうじ しょうざい
食塩を多く含む食事・食材をひかえる

がいしょく かこうしょくひん ひかくてきしょうえん おお ふく
外食メニューや加工食品は、比較的食塩を多く含むので、
りよう しょう かいすう
利用、使用する回数には、気をつけましょう。

しょうかい にち げつ
こんだて紹介 22日(月)

き ぼ だいこん ま ぎゅうにゅう
切り干し大根の混ぜごはん、牛乳、

ぶたにく やさい じる しょう しょう
豚肉と野菜のしょうゆ汁、さばの塩こうじ焼き

「切り干し大根の混ぜごはん」には、しょうがを使っています。しょう
がは和のスパイスとも呼ばれ、風味や香りに特徴があります。

「豚肉と野菜のしょうゆ汁」は、だしを効かせることで、しょうゆや塩
の使用量を減らしています。

しょうがやだしの香りを感じながら、おいしくいただきます。

給食のきまりを守ろう



きゅうしょく まえ
給食の前には、きれい
て あら
に手を洗いましょう。



しょうき
食器をていねいにあ
つかいながら、給食
の準備・片付けをしま
しょう。



「いただきます」
「ごちそうさま」の
あいさつをしっかり
としましょう。



にがて
苦手なものでも、
まずは一口食べてみ
ましょう。

給食センターの紹介

みなさんの給食を作っているのは「新郷学校給食センター」です。

えいようし ちょうりいん はいそういん あ やく にん こう しょうがっこう こう ちゅうがっこう
栄養士・調理員・配送員など合わせて約50人で、6校の小学校と6校の中学校

の給食を作っています。全部で約7300人分になります。

こころ こ いっしょうけんめい つく のこ た うれ
心を込めて一生懸命作っていますので、残さず食べてもらえるとみんな嬉しい

気持ちになります。

