

The Lunch Times 4・5月号

令和7年 <給食だより> 三郷市立瑞沼学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます！

4月14日（月）から給食が始まります。学校給食は、中学生の健康や成長のために、必要な栄養量を考えて作られています。しっかり食べて栄養を補給し、学校生活を楽しみましょう！

中学校給食の紹介



中学校の給食は令和7年1月に岩野木学校給食センターから瑞沼学校給食センターに移転しました。それに伴って、食器や食缶等全てのものが新しくなっています。大切に扱ってください。そしてセンターでご飯を炊くことができ、混ぜご飯など献立のバラエティが豊富です



1釜で約60人分のご飯が炊けます

混ぜご飯は

センターで混ぜて

各学校へ配缶されます



～中学校給食の特徴～



量について

小学校の給食より量が増えています。クラスの人数分、食缶に入っている量を均等に盛り付けられるようにしましょう。

給食時間について

小学校より給食時間は短くなります。給食当番で協力してすばやく準備し、食べる時間を確保しましょう。

※給食当番の身支度チェックリスト できているかチェックしてみよう

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 帽子から髪の毛が出ていないか | <input type="checkbox"/> つめは短く切っているか |
| <input type="checkbox"/> マスクをきちんとつけているか | <input type="checkbox"/> 清潔な白衣・エプロンを着ているか |
| <input type="checkbox"/> せっけんを使って手を洗っているか | <input type="checkbox"/> ハンカチを持っているか |

～瑞沼学校給食センターの取り組み～



献立について

和食・中華・洋食の献立をバランスよく組み込むようにしています。また、肉・魚・卵、野菜など様々な食品を取り入れ、「食」の経験を増やすようにしています。

地場産物について

三郷市産の旬の野菜を取り入れるように心がけています。過去には、小松菜・長ねぎ・玉ねぎ・グリーンアスパラガスなどを使用しました。

食文化について

日本の郷土料理・行事食や世界の料理も取り入れ、食文化を学べるように工夫しています。

読書給食について

三郷市は「日本一の読書のまち」を目指して様々な取り組みを行っています。給食センターでは、本の中に登場する料理を給食に取り入れる「読書給食」を実施しています。