



4月給食だより



東京都立七生特別支援学校

と入学・と進級おめでとございます

暖かな春風とともに、新たな出発の時を迎えました。

学校給食は、食への理解を深め、望ましい食習慣を育む場です。

子供たちの健やかな成長を支える、おいしく安全な給食を提供して参ります。

学校給食について

食材

国産の旬の食材を中心に使用します。多摩地域の野菜を取り入れています。



献立

和食、郷土料理、季節の行事食、世界の料理など牛乳は毎日つきます。



栄養

成長期に必要な栄養がとれるよう、基準を基につくっています。



調理・衛生

乳製品とくだもの以外は加熱調理を基本とします。衛生には細心の注意を払っています。



アレルギー対応献立表について

本校の給食で、食物アレルギー対応を行う方には、使用食材や対応内容を記載した「アレルギー対応献立表」を配布します。対象者以外で御希望がある場合は、担任を通じて栄養士まで御連絡ください。

4月の献立から料理を紹介

* キャベツの浅漬け *

【材料 5人分】

- キャベツ (色紙切り) 200g
 - きゅうり (小口切り) 1本
 - 人参 (いちょう切り) 1/4本
 - さやいんげん (2cm) 7本
 - 生姜 (おろし汁) 小さじ1/2
 - 薄口しょうゆ 小さじ2
 - 本みりん 小さじ1
- 生姜をすりおろし、絞る。調味料とおろし汁を合わせて煮立て、冷ましておく。
 - 野菜をそれぞれ切り、茹でて冷却する。
 - ②を①で和える。



柔らかで甘味のある、旬の春キャベツを使った浅漬けです。生姜の風味が良く合っ、シャキシャキとした歯ごたえも楽しめます。

給食では、衛生面の配慮から、サラダ等の野菜やドレッシングも、75℃以上で加熱します。冷却機でしっかり冷ましてから和え、冷えた状態で食べていただけるようにしています。