



4月給食だより



東京都立七生特別支援学校
校長 黒澤 一慶

ご入学・ご進級おめでとございます

あたたかな春風とともに、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、基準を基につけています。



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



* 春野菜のサラダ *

【材料 5人分】

- 春キャベツ 1/4個
- 菜の花 1束
- アスパラガス 1束
- うど 1本
- コーン冷凍 1/2カップ
- 酢 大さじ1
- サラダ油 大さじ1
- 食塩 小さじ1/4
- こしょう 少々
- 薄口しょうゆ 小さじ1
- 砂糖 小さじ1

- キャベツは短冊切り、菜の花は2~3cmの長さアスパラは斜め切り
- うどは皮をむき、斜め薄切り、酢水にさらす
- 野菜をそれぞれ茹でて、素早く冷ます。
- ドレッシングの調味料は煮立てて冷ましておく
- ドレッシングで野菜を和える。

* 給食では、衛生上の配慮から、サラダや和え物を加熱調理しています。

甘みがたっぷりで色鮮やかな春野菜を使ったサラダです。
茹でた野菜でつくるサラダは、野菜が柔らかくなり、子供たちは食べやすい様子です。かさが減るため、野菜の量がたくさんとれるのも、良いところです。