

きゅうしょくだより



令和4年度桑折町学校給食センター

生活習慣を見直してみませんか？

毎年9月1日～30日は厚生労働省が定める「食生活改善普及運動月間」です。ご家庭でも、食生活をはじめとする生活習慣を見直し、改善する機会にしていいただければと思います。



クイズ

Q. 生活習慣はおとなになってから、気をつければよいか？

A. 生活習慣は子どもの頃に基礎ができ、長年の積み重ねによって形づくられます。一度身についた生活習慣を、おとなになってからかえようとしてもなかなか難しいものです。将来にわたって健康に過ごすためにも、子どもの頃から規則正しい生活習慣を身につけるようにしましょう。



三食きちんと食べよう

家族で見直し！生活習慣

子どもが寝ている近くで家族がテレビを見ていることなどありませんか？子どもだけ早寝させようとしても、なかなかうまくいきません。規則正しい生活習慣を送るためには、家族みんなで取り組むことが大切です。家族でできることを、ぜひ話し合ってみてください。



7月12日は町の事業「こおりっ子給食デー」でした！



米は桑折町産コシヒカリです。ロイヤルピーチポークは、桑折町の桃と日本酒「辛口桑折」の酒かすを飼料として育った豚です。ロイヤルピーチポークは、安齋醸造のみそ、キッコーゲンのしょうゆ、桃ジュースで味つけて焼きましたよ。



1枚300円する
高級お肉です

子どもたちは、高級なお肉に舌鼓！！

また、睦合地区の佐藤春雄さんの「アンコール10」という品種の朝採りたてのきゅうりは、海藻やコーンと合わせてサラダで提供しました。みそ汁のじゃがいもと玉ねぎも桑折町で採れたものでした。

給食メニュー紹介



「ロイヤルピーチポークみそやき」

【材料(4人分)】

豚ロース肉(50g)	4枚
しょうゆ	大さじ1
みそ	大さじ1/2
砂糖	大さじ1
みりん	小さじ1
酒	小さじ1
ももジュース	小さじ2
すりごま	大さじ1/2

【作り方】

タレに20分つけて、フライパンで焦げ目がつくまで焼きます。

7月12日に使った豚肉は、60kgです。
5頭の尊い豚さんの命を頂くことに感謝して
「(命を)いただきます」と言えたかな？